PORTO ALEGRE,
SÁBADO E DOMINGO,
11 E 12 DE JANEIRO DE 2025
ANO 61 – Nº 21.193
R$ 14,00 – SC: R$ 16.00

ZERO HORA
Fim de Semana

Edição concluída às 22:00
CONEXÃO DIGITAL
gzh.com.br
Jornalismo 24 horas





Rodrigo Lopes
A fila da desesperança e do desespero do SUS | 2



Rosane de Oliveira
Prefeito inova com 14º e 15º a professores | 6



Humberto Trezzi
Polícia gaúcha avalia ter achado uma serial killer | 17



Ticiano Osório
Filmaço que retrata a tensão no Irã | ZH2

ZH|2

Carona na caça ao cometa

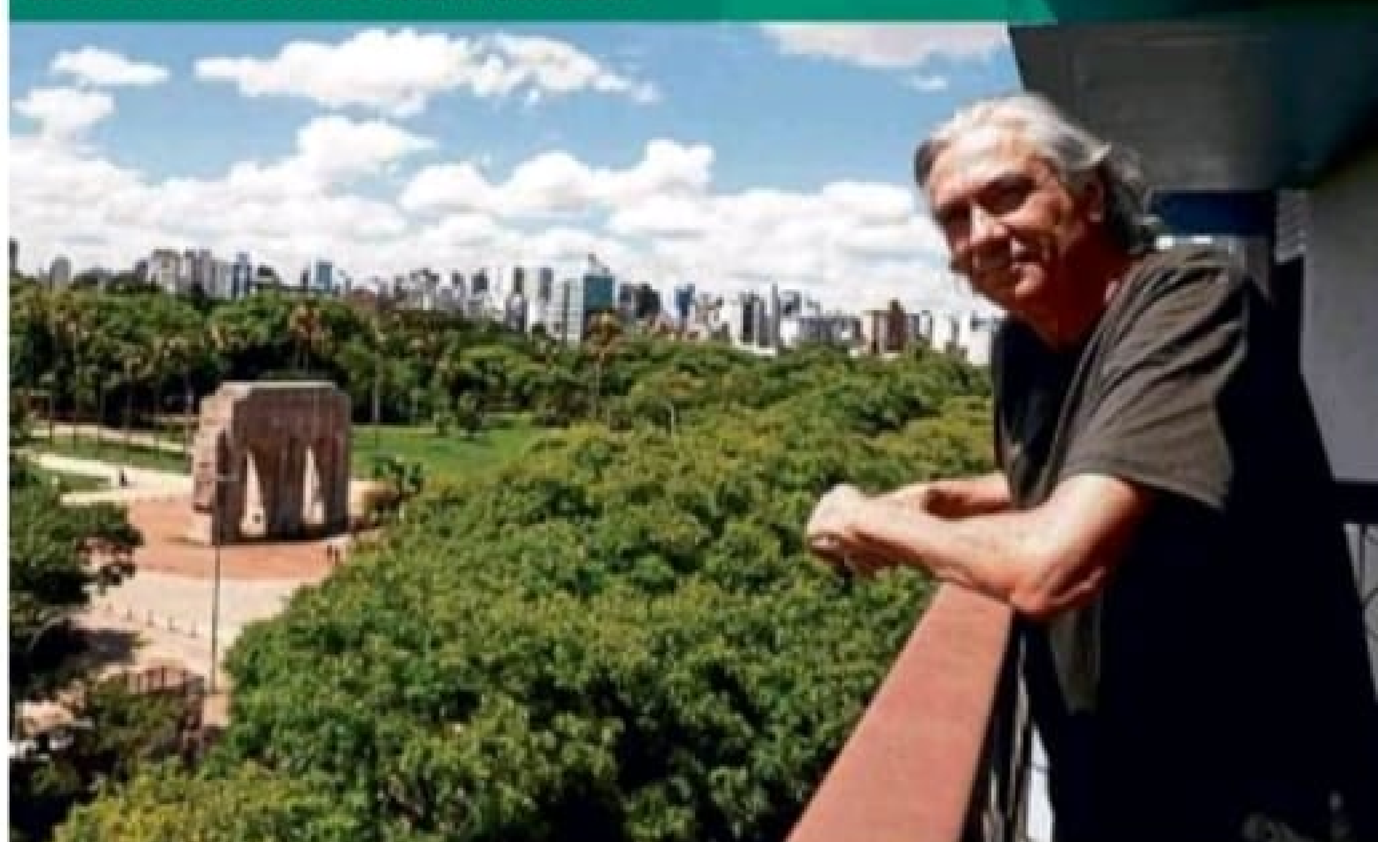
Zero Hora acompanhou o fotógrafo Gabriel Zaparolli no registro do C/2024 G3 (ATLAS), distante 170 milhões de quilômetros do Morro das Furnas, em Torres



JEFFERSON BOTEGA

VIDA

Estudos comprovam: perto do verde somos mais felizes



ANDRÉ ÁVILA

donna

O retorno de Eliana aos domingos à tarde na TV



DANILO BORGES, DIVULGAÇÃO

Crise climática

Planeta supera marca crítica de calor

Temperatura média em 2024 ficou em 15,10°C, o que indica aquecimento de 1,6°C, acima do limite de 1,5°C do Acordo de Paris. | 12 e 13

IPCA fecha em 4,83% e estoura a meta; BC aponta alta do dólar entre as causas

O teto da inflação é de 4,50%. Em carta pública, o Banco Central também citou cenário fiscal e economia forte como fatores para elevação dos preços. | 10 e 14

Sob críticas, Maduro toma posse para novo mandato e promete paz na Venezuela

Presidente falou em "vitória da democracia", mas atas eleitorais nunca foram divulgadas. Oposição e governos apontam falta de legitimidade. | 2, 6 e 8

Perícia confirma que sogro foi envenenado e polícia diz que nora matou quatro pessoas

As outras vítimas foram as três mulheres que morreram após comerem bolo em Torres. Delegados afirmam que pode haver mais casos. | 16 e 17

Eufrázio

Esta coluna contém informação e opinião



INFORME ESPECIAL

Rodrigo Lopes
rodrigo.lopes@zerohora.com.br

com Vitor Netto
vitor.netto@rdgaucha.com.br

Instagram
@rlopesreporter

A fila da desesperança

As filas do SUS, exibidas pelo repórter Giovani Grizotti, do GDI, são o símbolo mais terrível da falência dos serviços de saúde no Brasil. Não à toa, a cada eleição, essa chaga social é alvo de promessas dos candidatos que vendem esperança – e que, quando eleitos, não entregam soluções.

Não se trata de um problema apenas de um ente da federação. É de todos. O SUS é federal, mas a gestão da fila é dos Estados e em alguns casos dos municípios, como Porto Alegre.

É também um problema de décadas, como mostra a série de reportagens do GDI. Pessoas que esperam anos para o atendimento, e, quando entram para o sistema, não têm sua situação resolvida. Em alguns casos, cirurgias são remarcadas. E lá se vão mais alguns anos.

O duradouro calvário de quem depende do SUS também revela que esse não é um problema da direita, da esquerda ou do centro. Houve tempo para todos exercerem o poder – sem solução.

O que acontece? Ou a pessoa morre; ou precisa entrar na Justiça; ou recebe o atendimento depois de muito tempo. Aí, os pacientes já enfrentam outros problemas de saúde, que acabam não só agravando seus casos, com o aparecimento de outras doenças.

Além do aspecto pessoal, o drama individual, a demora acaba onerando o poder público, uma vez que os pacientes ficam mais tempo internados e precisam de outros atendimentos. É um ciclo vicioso.

Gestão

O governo do Estado diz que investe os 12% mínimos da receita corrente líquida em saúde, obedecendo ao que está previsto na Constituição. Mas essa questão não é apenas sobre dinheiro. É sobre gestão. É sobre como esse recurso está sendo administrado.

Assim como o problema da enchente no Rio Grande do Sul, é preciso atuar em duas velocidades: uma delas a médio e longo prazos; a outra, urgentemente.

A primeira ação exige transparência. O governo do Estado não torna públicas as estatísticas sobre a fila do SUS. Ora, a primeira ação para se resolver um problema é conhecer o seu tamanho. Felizmente, existem o Giovani Grizotti, o GDI e o jornalismo profissional: sabe-se, agora, que no RS são 670 mil pedidos.

Segundo, é necessária a contratação de mais médicos especialistas, mais gente. Além disso, qualificação da atenção primária, a implementação de consultas a distância (vamos usar a tecnologia em casos de pacientes que precisam de um atendimento especializado, de baixa complexidade, e em um município onde não há aquela especialização?).

Ainda: unificar as filas. Pelo o que a reportagem mostrou, há várias.

O que não dá é para ficarmos no plano das ideias, porque, enquanto isso, pessoas estão morrendo em uma fila que deveria ser de esperança. Mas que, infelizmente, virou de desespero.

01 A sangue frio nos Estados Unidos e no Rio Grande do Sul

Em 15 de novembro de 1959, quatro membros de uma família foram assassinados na cidade de Holcomb, Kansas, Estados Unidos. Frustrados ao não encontrarem o cofre que buscavam, os bandidos amarraram as vítimas e as executaram. A nota de pé de página no The New York Times chamou a atenção do até então pouco conhecido escritor Truman Capote, que foi atrás da história.

A apuração deu origem a uma reportagem histórica, publicada na New Yorker, e a um livro emblemático, *A Sangue Frio*. Corta para janeiro de 2025: o Rio Grande do Sul testemunha, com estupor, um dos maiores casos da crônica policial brasileira.

02 Relação protocolar entre Venezuela e Brasil

ZURIMAR CAMPOS, VENEZUELAN PRESIDENCY, AFP



Sob eleição contestada, Maduro foi empossado na sexta-feira para o seu terceiro mandato

O envio da embaixadora Gilvânia Oliveira à posse de Nicolás Maduro cumpre, na visão do governo brasileiro, o ritual diplomático de relação entre Estados.

A posição está alinhada com México e Colômbia, outros países que não reconhecem a vitória do ditador em julho, mas evitam romper os canais com Caracas.

Também indica a postura que Brasília irá adotar com o Palácio de Miraflores no terceiro mandato de Maduro: relações protocolares, nas palavras de um diplomata brasileiro.

03 Há 15 anos, Haiti sofria o seu mais grave terremoto

Em 12 de janeiro de 2010, o Haiti sofria um dos seus mais devastadores terremotos, que ceifou a vida de cerca de 230 mil pessoas e deixou mais de 1 milhão de desabrigados. Ao todo, 21 brasileiros morreram, entre eles militares que participavam da missão de paz da ONU e a médica e criadora da Pastoral da Criança, doutora Zilda Arns.

Por volta das 16h53min, o terremoto de 7,3 graus na escala Richter atingiu a capital, Porto Príncipe. Vários prédios, como o hospital e o palácio presidencial, desabaram. Cerca de 60% do sistema de saúde foi afetado.

O país, que conta com histórico de ditaduras corruptas, guerra civil, analfabetismo e extrema pobreza, ainda sofre atualmente com consequências do episódio.

– O país está muito pior do que antes. A cooperação internacional foi um fracasso. Agora em 2025, estão fazendo transições e mais transições e não se chega a uma democracia. As eleições no fim do ano estão em xeque – explicou o doutor em Relações Internacionais Ricardo Seitenfus, especialista em Haiti.

Na época, mais de U$ 13 bilhões de ajuda humanitária foram prometidos pela comunidade internacional para a população, porém pouco chegou realmente ao país.

04 Palestras na França e na Suíça

Doutor em Relações Internacionais, o professor Ricardo Seitenfus fará palestra sobre a atual situação do Haiti durante passagem por Paris, na segunda-feira, e por Genebra, na sexta. A fala do gaúcho na França será na Casa da América Latina. Na Suíça, na UniMail.

– A ideia é falar sobre as perspectivas sobre o Haiti e sobre o futuro, que ninguém sabe o que realmente vai acontecer – disse Seitenfus.



Passada a posse de Maduro, os olhos do mundo se voltam para 20 de janeiro, quando Donald Trump assume o seu segundo mandato na presidência dos EUA. Após atentado na campanha e clima de polarização, a cerimônia terá segurança ainda mais reforçada.

DESCONTOS INCRÍVEIS

DE 13 A 15 DE JANEIRO



CORTA CORTA

IGUATEMI
PORTO ALEGRE

ATÉ 60% DE DESCONTO

ESTACIONAMENTO GRATUITO 

CONCORRA A
PRÊMIOS
INSTANTÂNEOS*



BAIXE O APP DO IGUATEMI
PORTO ALEGRE E PARTICIPE.

*Limitado a 01 jogada na máquina de prêmios por CPF.
Promoção não cumulativa e válida para nota emitida entre 13/01/2025 e 15/01/2025 com valor igual ou superior a R$ 100,00, sendo impossibilitada a somatória de duas ou mais notas fiscais a fim de totalizar R$ 100,00 para participação. Estoque de brindes limitado a 1.163 prêmios. Limite de 1 (um) prêmio por CPF. Consulte as condições de participação, regulamento completo e o certificado de autorização SPA/MF em www.iguatemiportoalegre.com.br. Estacionamento gratuito apenas nos dias 13, 14 e 15 de janeiro.

Projeção inicial do governo federal de empréstimo a MEIs, microempresas e de pequeno porte atingidas pela cheia era de R$ 30 bi. Apenas **R$ 3,4 bi foram efetivados**. Entidades destacam importância do programa, mas apontam **restrições em critérios**, como limite de subsídio e faturamento

Pronampe Solidário termina com só 11% do crédito previsto

Mathias Boni
mathias.boni@zerohora.com.br

Beatriz Coan
beatriz.coan@zerohora.com.br

O Pronampe Solidário, primeiro grande programa de concessão de crédito em condições especiais estabelecido pelo governo federal para ajudar na recuperação de empresas atingidas pela cheia do ano passado, chegou ao fim com cerca de 11% do valor inicial estimado em empréstimos efetivados.

Na época do anúncio, em maio, o Planalto projetava alavancagem em até R$ 30 bilhões. Até o último dia de 2024, encerramento do programa destinado a microempreendedores individuais (MEIs), microempresas e empresas de pequeno porte, 37,2 mil operações foram realizadas e R$ 3,4 bilhões em crédito foram contratados.

O Pronampe foi anunciado em meio a um pacote de medidas que, pela projeção do governo, chegava a R$ 50 bilhões. O Painel da Reconstrução, ferramenta desenvolvida pelo Grupo RBS, monitora os anúncios e acompanha os repasses efetivamente realizados.

Para o economista e gerente de relações governamentais da Federação do Comércio, Bens e Serviços (Fecomércio-RS), Lucas Schifino, os principais problemas na execução do programa foram os 40% de subsídio do valor contratado, que, no seu entendimento, deveria ter porcentagem maior, e também os limites de R$ 150 mil ou até 60% do faturamento no ano anterior de cada negócio.

– O governo deu 40% de subvenção, mas esses outros 60% são corrigidos pela Selic mais 6%, e com esse aumento da Selic vai ficar bem mais pesado, e muita gente ficou com pé atrás. Além disso, o limite no valor total possível de ser contratado foi muito baixo, pois muitas empresas tiveram prejuízos patrimoniais muito maiores, sem falar nos lucros cessantes do período que os negócios ficaram fechados ou sem sua total capacidade. O interesse havia, tanto que o número total de operações foi alto, e o programa teve sua importância, mas o valor contratado teria sido mais alto se a subvenção fosse maior e o limite mais amplo – afirma.

Na visão de Rafael Goelzer, vice-presidente de integração da Federação de Entidades Empresariais do RS (Federasul), outros fatores também contribuíram para que o volume de crédito contratado no Pronampe Solidário não fosse tão alto. Além de apontar dificuldades que algumas empresas sofreram para apresentar certidões negativas e garantias de pagamentos aos bancos, Goelzer destaca que a necessidade do negócio estar dentro da mancha de inundação para poder participar do programa foi um limitador para as contratações.

– Você teve todo o problema logístico no Estado, muitas empresas tiveram funcionários ou fornecedores atingidos, e mesmo assim não puderam contratar créditos no programa – ressalta.

Escolha de formato

No entendimento do governo federal, a criação e execução do Pronampe Solidário RS foi um sucesso. Maneco Hassen, que coordena as ações de recuperação do RS pelo Palácio do Planalto no Estado, aponta principalmente o número de operações como ponto de destaque. Em relação aos apontamentos realizados pelas entidades empresariais, Maneco afirma que este foi o formato que o governo federal encontrou para executar o programa com maior agilidade no momento em que foi lançado.

"Se pudéssemos, contrataríamos um valor maior", diz empresário

Um dos negócios que contrataram crédito via Pronampe Solidário foi o restaurante Mayô Gastronomia, localizado no Sava Iate Clube, na zona sul da Capital. Além dos danos materiais, o Mayô ficou fechado por 35 dias entre maio e junho em razão da enchente, chegando a prejuízo total estimado em R$ 500 mil.

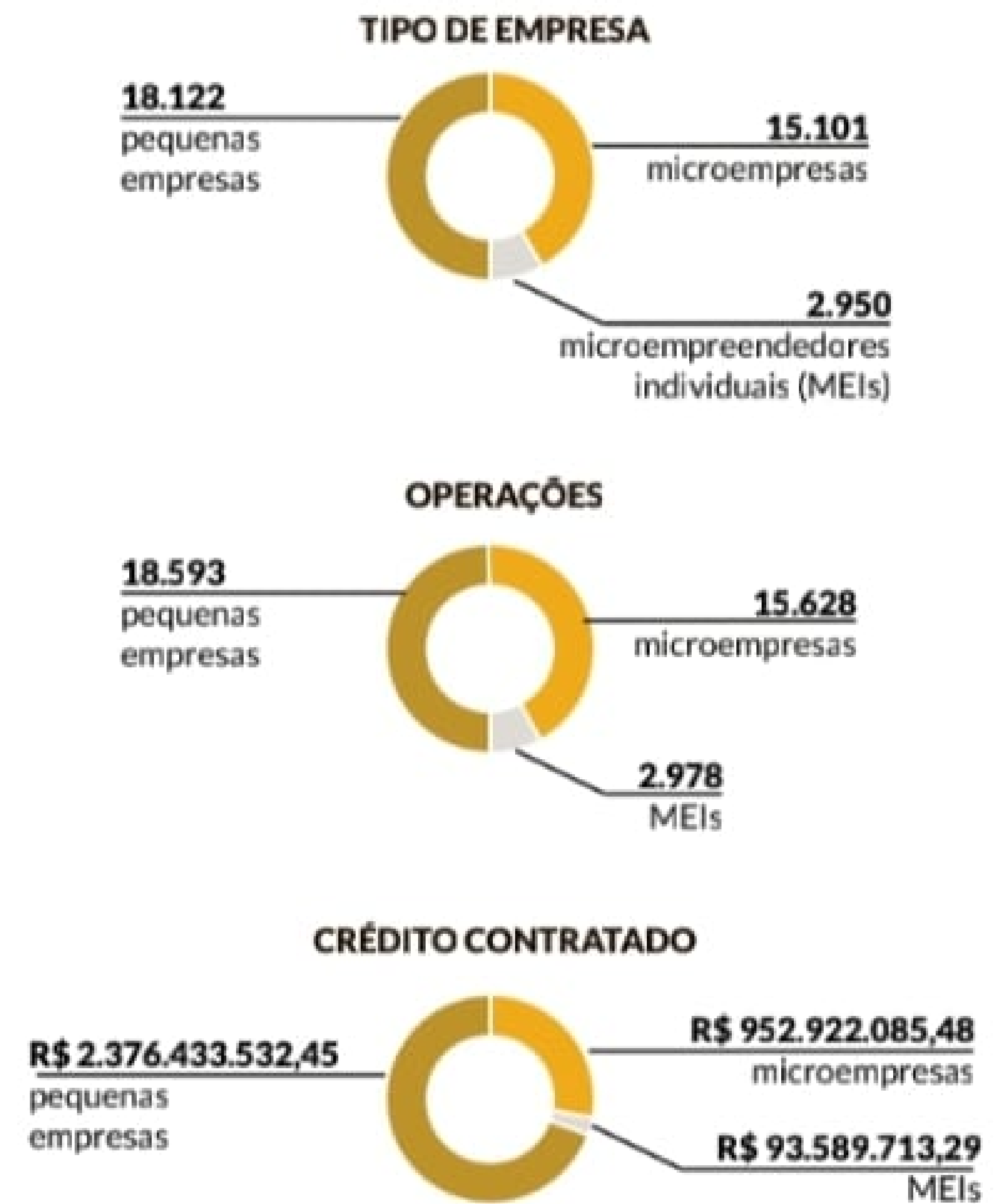
– Contratamos o valor máximo, de R$ 150 mil, mas se pudéssemos, contrataríamos um valor maior sim, para acelerar a retomada – reforça Guilherme Grassotti, um dos sócios.

O empresário Frederico Müller, sócio de dois restaurantes na Capital, experimentou a limitação da mancha de inundação nos negócios. Para o Olivos 657, na Cidade Baixa, que foi alagado, conseguiu contratar recursos. Para o Capincho, no Moinhos de Vento, que não foi inundado, não foi possível:

– Se pudesse, também teria contratado crédito para o Capincho, pois o faturamento diminuiu muito e foi muito difícil manter a operação. Além de termos parceiros que foram alagados, o turismo em Porto Alegre diminuiu muito com o aeroporto fechado, e uma boa parte do nosso público vem daí, de pessoas que passeiam no Shopping Moinhos ou que se hospedam no Hotel Hilton, por exemplo, que também perderam muito movimento.

Os resultados

Pronampe Solidário RS, programa para micro e pequenas empresas, liberou R$ 3,4 bilhões em crédito em 37,2 mil operações após enchente



REPRODUÇÃO



CONEXÃO DIGITAL
Painel da Reconstrução



Confira detalhes de todo o dinheiro público direcionado para iniciativas e obras de reformas em razão do impacto da enchente em maio no Rio Grande do Sul

Como era

- As condições das contratações de crédito no Pronampe Solidário incluíam subsídio de 40% do valor por parte do governo federal, além de dois anos de carência antes de começar a pagar e possibilidade de parcelar em até 60 prestações, com a taxa de juro sendo Selic mais 6% ao ano.
- Os interessados poderiam contratar crédito no valor de até 60% do seu faturamento do ano anterior, com limite máximo de até R$ 150 mil.
- As operações do Pronampe Solidário no RS tiveram início por Banco do Brasil e Caixa Econômica Federal. Posteriormente, Banrisul, Sicoob e Sicredi também foram autorizados pelo governo federal a operar a linha especial do plano.
- Em setembro, o Pronampe ficou por cerca de 20 dias com suas operações suspensas, após a medida provisória que o instituiu ter expirado. Após aprovação de projeto de lei no Congresso, o programa foi retomado e executado até o último dia de 2024.

Eufrázio

Clube do Assinante

NO VERÃO, Vai de Clube.

Quem ama curtir muito o verão, vai de Clube. São **descontos de até 50%** e vantagens exclusivas para aproveitar ao máximo cada experiência – seja na praia, na serra ou na cidade. Onde quer que você esteja. Para as férias das crianças ou pra viagem entre adultos, temos **mais de 300 parceiros.** Aqui tem tudo, inclusive economia. Porque **o Clube está ao lado de quem vive aqui - em todos os momentos.**

viagem, sol e Clube

É assinante Zero Hora ou GZH com acesso ao Clube? Na hora de aproveitar o verão do seu jeito com os melhores descontos, marque @clubedoassinantezh nas redes!

$$$

VERÃO+CLUBE= ECONOMIA!



Confira os descontos do Clube do Assinante pelo QR Code!

Esta coluna contém informação e opinião



POLÍTICA E PODER

Rosane de Oliveira
rosane.oliveira@zerohora.com.br

com Henrique Ternus
henrique.ternus@zerohora.com.br

Professores de Passo Fundo podem ter 14° e 15° salários

A primeira grande novidade no segundo mandato do prefeito Pedro Almeida (PSD) em Passo Fundo é o pagamento de 14º e até 15º salários para os professores de escolas que cumprirem as metas de aprendizagem que serão definidas a cada início de ano. O projeto deve ser encaminhado para a Câmara Municipal nos próximos dias.

Almeida decidiu manter como secretário de Educação o professor Adriano Canabarro Teixeira, doutor em Informática na Educação e com dois pós-doutorados. Teixeira é uma usina de ideias inovadoras na educação, trabalha a partir de dados e diagnósticos e tem carta branca do prefeito para colocar em prática ideias que em outras cidades podem parecer extravagantes, mas que estão dando resultados.

O 14º e o 15º salários devem ser pagos a partir de 2026, mas as outras iniciativas adotadas de 2021 a 2024 para fazer valer o título de Cidade Educadora resultaram num livro de 178 páginas, que deveria estar na cabeceira de cada prefeito que assumiu agora.

O livro já estava impresso quando a prefeitura recebeu do Ministério da Educação o Selo Ouro do Compromisso Nacional Criança Alfabetizada. Ouro é o mais alto reconhecimento concedido às secretarias que alcançam excelência em suas políticas de educação.

Cidades educadoras

Uma das iniciativas de maior repercussão é o projeto Missão Cidade Educadora, que já levou cinco alunos do 7º ano a Barcelona (Espanha) e cinco a Genebra (Suíça), para troca de experiências. A próxima a ser visitada será Bruxelas, na Bélgica. Os alunos são selecionados de acordo com o desempenho e frequência, entre outros.

Nas escolas dos vencedores, a prefeitura constatou que o desempenho de todos os alunos melhorou 36,1% na avaliação diagnóstica.

Para este ano, uma boa notícia estimula os alunos da rede municipal a se dedicarem mais. Os cinco classificados para a viagem a Barcelona, em 2023, e outros com desempenho de excelência, e que concluíram o Ensino Fundamental em 2024, ganharam bolsas de estudos para fazer o Ensino Médio nas melhores escolas particulares da cidade.

02 Pela primeira vez, uma mulher negra como prefeita

VOLMER PEREZ, DIVULGAÇÃO



Vice-prefeita Daniela Brizolara assumiu no afastamento de Marroni

Nove dias depois da posse, a vice-prefeita de Pelotas, Daniela Brizolara (PSOL), assumiu a prefeitura. É a primeira vez que uma mulher negra assume o Executivo municipal, ainda que em caráter temporário. O prefeito, Fernando Marroni, está afastado por questões familiares e reassume na segunda-feira.

— É um dia para termos orgulho, orgulho da nossa ancestralidade que ajudou a construir esta cidade e orgulho do nosso povo — disse Daniela, em vídeo publicado nas redes sociais.

Daniela é cantora, com reconhecida carreira nos palcos da cidade e região. Antes de vice-prefeita, foi presidente do Conselho Municipal de Cultura.

01 Lula fala grosso com as empresas de tecnologia

RICARDO STUCKERT, DIVULGAÇÃO



Presidente decidiu enviar notificação à Meta para que explique as novas diretrizes das plataformas

Depois de o ministro Alexandre de Moraes avisar as empresas de tecnologia de que terão de cumprir as leis brasileiras, o presidente Lula resolveu falar grosso com a Meta. O governo vai cobrar explicações da companhia sobre as implicações das novas diretrizes das redes digitais que controla.

Lula e Xandão têm razão. A Lei Eleitoral, por exemplo, tem vedações claras à divulgação de fake news. Se os candidatos imaginarem que ganharam carta branca das big techs para mentir, injuriar ou caluniar, podem perder o registro.

A Constituição brasileira garante a liberdade de expressão, mas veda o anonimato. E as redes sociais estão repletas de perfis falsos. Seria fácil resolver o problema: bastaria que as empresas exigissem o CPF ou CNPJ de quem cria um perfil. Mas quem disse que elas querem moralização da rede, se o que causa impacto é a treta e a mentira?

03 Gaúchos buscam negócios na Índia

Dois meses depois de o vice-governador Gabriel Souza ter liderado uma missão oficial à Índia, um grupo de técnicos da Secretaria de Desenvolvimento Econômico e da Invest RS está de volta ao país para tentar fechar negócios.

Um dos objetivos desta missão é abrir mercado para sucos, vinhos e espumantes no segundo país mais populoso do mundo. Na agenda, está a participação na Indusfood, maior feira de alimentos e bebidas na Ásia. Os indianos já tinham manifestado interesse no portfólio de bebidas do Estado.

Produtos das empresas Suvalan, Aurora, Don Giovani, Casa Valduga e Maison Forestier foram apresentados a representantes da imprensa indiana e a empresários.

04 Leite critica ida de embaixadora à posse de Maduro

Em férias, o governador Eduardo Leite criticou a decisão do presidente Lula de manter a presença da embaixadora brasileira na posse de Nicolás Maduro na Venezuela. Pelas redes sociais, Leite disse que o ato "significa legitimar um processo eleitoral marcado por evidentes violações" e que isso "sinaliza postura incompatível com nossa tradição diplomática".

> "O compromisso com a democracia precisa ser manifestado na prática, e **não apenas no discurso**.
>
> **Eduardo Leite**
> *Governador*

Eufrázio

AGU dá prazo de 72 horas para Meta explicar mudança nas regras de moderação de conteúdo

Redes sociais

Governo quer saber como as plataformas da companhia vão coibir **crimes como racismo e homofobia** diante das novas diretrizes

A Advocacia-Geral da União (AGU) deu prazo de 72 horas para a Meta explicar como atuará para combater crimes como violência de gênero, racismo e homofobia nas suas plataformas, que incluem Facebook, Instagram e Threads.

Trata-se da primeira resposta oficial do governo brasileiro à decisão da empresa americana de encerrar o serviço de checagem independente em suas plataformas nos Estados Unidos e anunciar mudanças significativas nas regras de moderação de conteúdo.

A decisão foi anunciada na terça- feira pelo CEO da Meta, Mark Zuckerberg. Sob alegação de que é preciso "devolver a liberdade de expressão perdida" nas redes sociais, o bilionário afirmou que irá substituir a política atual, por meio da qual filtros detectam automaticamente conteúdo nocivo e organizações independentes parceiras auxiliam nas verificações.

No lugar, será implantado um modelo semelhante ao de notas da comunidade, utilizado pelo X, antigo Twitter, em que os próprios usuários podem sugerir moderações – os filtros serão mantidos apenas para conteúdos " mais graves" e não haverá mais parcerias com organizações.

Na sexta-feira, o presidente Luiz Inácio Lula da Silva, que na véspera havia classificado a decisão da Meta como "extremamente grave", discutiu o assunto em reunião com o advogado-geral da União, Jorge Messias.



> As grandes empresas de tecnologia devem assumir responsabilidade com um **ambiente informacional íntegro**.
>
> **Advocacia-Geral da União**
> *Em notificação enviada à Meta*

Na ocasião, definiu-se pelo envio de notificação extrajudicial à empresa. "As grandes empresas de tecnologia, a exemplo da Meta, devem assumir suas responsabilidades com o ambiente informacional íntegro, devendo, para tanto, adotar as medidas cabíveis para a consecução deste objetivo, de modo a extirpar ou, pelo menos, mitigar, os danos que seus produtos e serviços causam às pessoas", diz o documento.

Lula também conversou sobre o assunto por telefone com o presidente da França, Emmanuel Macron. Segundo nota divulgada pelo Planalto, os dois "concordaram que liberdade de expressão não significa liberdade de espalhar mentiras, preconceitos e ofensas".

Postagens políticas

Na quinta-feira, o diretor do Instagram, Adam Mosseri, anunciou que as redes sociais da Meta passaram a mostrar conteúdos políticos de perfis não seguidos pelo usuário nas linhas do tempo, como efeito das mudanças anunciadas na terça-feira. Desde 2001, a Meta vinha reduzindo a exposição dos usuários a conteúdos ideológicos ou eleitorais.

"Agora mostraremos recomendações políticas, ou seja, publicações de contas que você não segue em nossas plataformas de forma personalizada. E você não precisa se preocupar com a possibilidade de sua conta se tornar não recomendável em geral se você publica predominantemente sobre política", escreveu Mosseri em uma publicação.

O diretor também afirmou que a moderação de conteúdo nas plataformas deixará de ser "proativa" para ser "passiva". "Isso deve significar que cometeremos muito menos erros em termos de remoção de conteúdo", escreveu.



O ASILO PADRE CACIQUE
PRECISA DA SUA AJUDA!



DOE AGORA
doecarinho.com.br

Apoio:
FUNDAÇÃO MAURÍCIO SIROTSKY SOBRINHO

Realização:



Eufrázio

ZERO HORA, SÁBADO E DOMINGO, 11 E 12 DE JANEIRO DE 2025

Maduro toma posse sob críticas e isolamento internacional

Venezuela

Chavista deu início ao terceiro mandato em meio a contestações internas e externas. Em discurso, prometeu paz nos próximos anos e falou em **"vitória para a democracia"**. Fronteiras com Brasil e Colômbia foram fechadas após ex-candidato de oposição afirmar que **retornaria ao país**

FEDERICO PARRA, AFP



Durante a cerimônia, presidente atacou governos de direita da região, os Estados Unidos e Javier Milei

O presidente venezuelano, Nicolás Maduro, tomou posse na sexta-feira para o terceiro mandato consecutivo, em meio a acusações de fraude e isolamento internacional, mas com o apoio dos militares e dos demais poderes do país.

No primeiro ato da posse, realizado na Assembleia Nacional, Maduro prestou o juramento, recebeu a faixa e fez longo discurso no qual prometeu paz durante os próximos seis anos.

O chavista criticou os "governos fascistas de direita da América Latina" e os Estados Unidos, chamou o presidente argentino Javier Milei de "sádico social" e definiu a sua posse como "uma grande vitória para a democracia":

– Diga o que quiser, faça o que quiser, mas esta posse não puderam impedir.

A vitória de Maduro na eleição de 28 de julho foi proclamada sem que fossem apresentadas provas oficiais do resultado, o que gerou contestações internamente e na comunidade internacional. Em outubro, o Centro Carter apresentou à Organização dos Estados Americanos (OEA) dados que comprovariam que Edmundo González Urrutia obteve 67% dos votos contra 31% de Maduro.

"Golpe de Estado"

A cerimônia de posse ocorreu um dia após a oposição afirmar que a líder María Corina Machado foi presa ao sair de uma manifestação em Caracas. Segundo a coalização oposicionista, ela teria sido detida "violentamente" e liberada horas depois. O governo, porém, negou a prisão.

Na sexta-feira, após a posse, María Corina divulgou vídeo no qual reiterou o relato de prisão e acusou Maduro de consolidar um golpe de Estado.

– Diante dos venezuelanos e diante do mundo, eles decidiram cruzar a linha vermelha. Maduro viola a Constituição, ladeado pelos ditadores de Cuba e da Nicarágua – disse, em referência à presença de Miguel Díaz-Canel e Daniel Ortega na solenidade.

María Corina disse ainda que González, que deixou o país em outubro após ser alvo de uma ordem de prisão, irá à Venezuela para ser empossado "no momento certo, quando as condições forem adequadas".

Após um período na Espanha, onde recebeu asilo político, González passou por diversos países nos últimos dias, incluindo Estados Unidos, Argentina e Uruguai, e disse que retornaria à Venezuela na sexta-feira.

Acessos bloqueados

O governo, porém, fechou as fronteiras com a Colômbia e o Brasil horas antes da posse.

– Em sua paranoia delirante, o regime não apenas fechou o espaço aéreo da Venezuela, mas ativou todo o sistema de defesa aérea. Decidimos que não é apropriado que Edmundo entre na Venezuela hoje – disse María Corina no vídeo.

A fronteira colombiana com o Estado venezuelano de Táchira é a principal entrada por terra no país. O governador de Táchira, Freddy Bernal, atribuiu o bloqueio a uma suposta "conspiração internacional para perturbar a paz dos venezuelanos".

No caso da fronteira com o Brasil, o bloqueio foi realizado por militares venezuelanos na passagem rodoviária entre Santa Elena do Uairén e Pacaraima, em Roraima, segundo a Polícia Civil. Esse é o principal trecho urbano na fronteira seca entre os países, por onde circulam diariamente caminhões com mercadorias e pessoas, entre elas centenas de refugiados venezuelanos.

Repercussões pelo mundo

EUA AUMENTA RECOMPENSA

No dia da posse, o governo dos EUA elevou a recompensa para quem oferecer informações que levem à prisão de Maduro ou do ministro do Interior Diosdado Cabello. O valor agora será de US$ 25 milhões (cerca de R$ 152 milhões). Eles são acusados de tráfico de drogas e corrupção.

A Casa Branca, que definiu a posse de Maduro como "farsa", também oferece US$ 15 milhões para quem passar dados sobre o ministro da Defesa, Vladimir Padrino.

REINO UNIDO IMPÕE SANÇÕES

O Ministério das Relações Exteriores britânico anunciou sanções contra 15 funcionários do alto escalão do governo venezuelano. "A reivindicação do poder por parte de Nicolás Maduro é fraudulenta. O resultado das eleições de julho não foi livre nem justo e seu regime não representa a vontade do povo venezuelano", diz o comunicado.

UNIÃO EUROPEIA

Em uma longa declaração, a União Europeia afirmou que a posse de Maduro carece de legitimidade. "As autoridades venezuelanas perderam oportunidade-chave de respeitar a vontade do povo. Maduro não tem a legitimidade de um presidente eleito democraticamente", diz o bloco.

"Diga o que quiser, faça o que quiser, mas esta posse **não puderam impedir**."

Nicolás Maduro
Presidente da Venezuela

"Diante dos venezuelanos e do mundo, eles decidiram **cruzar a linha vermelha**."

María Corina Machado
Líder oposicionista

Lula mantém ida de embaixadora

Apesar da pressão de setores do Congresso e de entidades de direitos humanos, o presidente Luiz Inácio Lula da Silva manteve a decisão de enviar a embaixadora brasileira em Caracas, Glivânia Maria de Oliveira, à posse. A presença da diplomata vinha sendo reavaliada, por causa dos novos episódios de repressão.

Outros governos de esquerda que mantiveram algum contato com Maduro no ano passado também autorizaram a ida de diplomatas, caso do México e da Colômbia. Mas a cerimônia foi esvaziada de chefes de Estado e de governo: os presidentes de Cuba e Nicarágua foram os únicos líderes da região que compareceram. Rússia, Irã e China enviaram representantes.

Afastamento

Lula distanciou-se de Maduro após não ter reconhecido a reeleição. O presidente descartou ir a Caracas e foi desaconselhado a enviar representantes de alto nível, como um ministro de Estado ou o vice-presidente, mas deu aval à presença da embaixadora.

Integrantes do PT, partido de Lula, também viajaram à capital venezuelana, incluindo Mônica Valente, secretária-executiva do Foro de São Paulo, e Vera Lúcia Barbosa, a Lucinha do MST.

Eufrázio

Esta coluna contém informação e opinião



ACERTO DAS (TUAS) CONTAS

Guilherme Jacques *(Interino)*
guilherme.jacques@rdgaucha.com.br

com Guilherme Gonçalves
guilherme.goncalves@zerohora.com.br

À vista com desconto ou parcelado?

Que adiantar, no início do ano, o pagamento de um imposto, das mensalidades educacionais ou de saúde, mediante um desconto para pagamento à vista, é sempre o ideal, quase todo mundo já ouviu. Mas nem sempre é possível quitar tudo junto. Quando não é, qual a solução? Basta escolher o que oferece mais desconto e pronto? Não é tão simples. A primeira resposta, segundo a planejadora financeira Letícia Camargo, é que depende de cada caso.

É preciso observar o momento das finanças pessoais e como elas estão (ou não) organizadas e equilibradas. Só com esse diagnóstico é que se recomenda tomar decisões. Para isso, não tem outro jeito, é necessário se organizar. Colocar tudo na ponta do lápis:



Letícia

– Se a pessoa já está endividada, não adianta pagar à vista e pegar um empréstimo. Vai ficar pior ainda, o juro do endividamento é maior do que o desconto. Pode até pegar a quantia da reserva de emergência, desde que reponha depois.

Ou seja, parece óbvio, mas não é tanto. Para adiantar algum pagamento com abatimento, é preciso ter dinheiro:

– E quando falo em ter dinheiro, é ter o suficiente para não comprometer as contas do mês nem ficar sem até o recebimento do próximo salário. Janeiro é um mês complicado, porque você tem impostos, material escolar, a fatura do cartão depois do Natal... Então, é preciso fazer esse levantamento e projetar receitas e despesas. ▬

Dicas para se organizar

- Compare o tamanho do desconto com a quantidade de parcelas oferecidas. Quanto mais parcelas, maior deve ser o desconto para valer a pena.
- Se não tiver dinheiro para quitar à vista nem depois para as parcelas futuras, ainda assim, opte pelo parcelamento. É menos ruim se endividar depois do que já agora.
- Aproveite o momento para já projetar o próximo ano. Se necessário, pise no freio. Refaça os planos de gastos e evite as compras por impulso.
- Tente salvar o 13º que receberá no final deste ano para, de fato, o final do ano. Não comprometa-o, para que possa começar 2026 com as finanças mais equilibradas do que em 2025.



Experimente deixar passar uma hora para verificar se, de fato, **a compra faz sentido.**

Oscar Frank
Economista-chefe da Câmara de Dirigentes Lojistas de Porto Alegre (CDL POA), sobre o cuidado com as compras por impulso.



CONEXÃO DIGITAL



Veja outras orientações da CDL POA para não sair perdendo

O cuidado com as compras por impulso é apenas mais uma a se tomar nesta época de liquidações. Elas costumam começar em janeiro e durar até fevereiro. São uma tentação, é claro. Se a compra faz sentido, ainda assim, é preciso avaliar outros fatores. Eles vão de não comprometer mais do que a renda a estar ciente de que insatisfação não garante a troca de produto.

01 Como ajudar com as tampinhas plásticas

Consumidor verde

Pensar no pós-uso de produtos pode ir muito além de separar os resíduos orgânicos dos secos, o que já é bem importante. Mas há diversos itens que descartamos com o "lixo seco" que podem ser diferenciados e ajudar diferentes setores da sociedade. Um exemplo são as tampinhas plásticas.

É possível juntá-las e entregá-las em uma série de organizações sociais, que fazem a separação por cores e as vendem a empresas de reciclagem. A remuneração das vendas, claro, subsidia o orçamento dessas instituições e possibilita melhorias. Não custa nada, só ocupa um espacinho em casa para armazená-las. Pode ser em um pote, um galão de água de cinco litros ou em um saco.

No site do programa socioambiental Tampinha Legal é possível consultar os pontos de coleta por cidade. São muitos!

CONEXÃO DIGITAL
Consulte os pontos de coleta apontando a câmera do seu celular





JEFFERSON BOTEGA

Armazená-las em um galão de cinco litros é uma boa opção

02 Dinheiro inesperado

Os primeiros dias de janeiro podem ser também de uma leve frustração para quem não ganhou a bolada da Mega da Virada. Boa parte da graça de apostar na loteria – sempre com responsabilidade! – é especular o que fazer com o prêmio e como cuidar de tanto dinheiro quanto R$ 600 milhões.

À época, a coluna questionou a planejadora financeira e professora da UFRGS Wendy Haddad Carraro sobre como lidar com essa quantia inesperada. Há muitos cuidados, claro, mas eles não valem apenas para um valor tão alto. Heranças, indenizações e bonificações, mesmo que mais modestos, são exemplos que requerem também cautela e preparação tornar o dinheiro sustentável. ▬

CONEXÃO DIGITAL
Saiba como lidar com uma quantia de dinheiro inesperada



Não é só dinheiro.
É ter com quem contar.

No Sicredi, você conta com soluções para cada etapa da sua vida: crédito, seguros, consórcios, poupança, cartões e muito mais. Com atendimento próximo e humano, no físico e no digital.



Abra sua conta



Eufrázio

Clima, dólar e PIB aquecido deixam inflação acima da meta

Preços em 2024

IPCA fechou em 4,83% no ano passado, informa o IBGE, superior ao **limite de 4,5%.** Estouro obrigou o presidente do BC a publicar carta aberta com justificativas. Gasolina, planos de saúde e refeições fora do lar foram itens com impactos expressivos no índice

Aumento no preço dos alimentos, notadamente das carnes, impactos do clima e a desvalorização do real ante o dólar são os principais fatores que explicam a inflação oficial de 2024 ter ficado acima do limite máximo da meta estipulada pelo governo federal. Além disso, a economia aquecida no ano passado, segundo o Banco Central (BC), está entre os motivos.

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) divulgou na sexta-feira que o Índice de Preços ao Consumidor Amplo (IPCA) fechou o ano em 4,83%, superando o teto da meta da inflação, de 4,5%.

Em 2023, a inflação fechou dentro da meta, em 4,62% – à época, o teto definido pelo Conselho Monetário Nacional (CMN) era de 4,75%. Em 2021 e 2022, houve estouro dessa meta.

A maior pressão de alta de preços em 2024 veio do grupo alimentos e bebidas, que subiu 7,69%, o que representou impacto de 1,63 ponto percentual (p.p.) no IPCA.

Ao analisar o comportamento dos produtos pesquisados, o IBGE identifica que a maior pressão de alta veio do item carnes. Em 2024, os cortes ficaram 20,84% mais caros, o que representa peso de 0,52 p.p. É o maior aumento desde 2019, quando subiram (32,4%). Em 2023, o preço das carnes recuou 9,37%.

Esse encarecimento final de 2024 contrasta com o comportamento dos preços no começo do ano passado, que caíram. Mas houve repique de setembro a dezembro (+23,88%). André Almeida, analista do IBGE, explicou que há efeito direto de questões climáticas no comportamento do preço do alimento que vai ao prato do brasileiro.

– A gente teve forte estiagem, ondas de calor, seca em diversas regiões do país, o que intensificou os efeitos da entressafra, quando as pastagens ficaram ainda mais restritas – disse.

– A influência do clima está muito ligada à produção dos alimentos. Se chove muito ou fica muito seco, isso tudo compromete a produção – complementa o gerente da pesquisa do IBGE, Fernando Gonçalves.

Ao observar também os produtos não alimentícios, a gasolina (dona do maior peso na cesta de produtos pesquisada) subiu 9,71%, representando um dos impactos mais acentuado em todo o IPCA (representando 0,48 p.p.).

Abrangência do câmbio

Almeida acrescenta que outro fator ajuda a explicar o IPCA fora da meta de 2024: o câmbio. Em 2024, o real viu o dólar subir 27% em 12 meses, terminando o ano negociado a R$ 6,18.

– O câmbio é um dos fatores que influenciam no comportamento dos preços de diversos produtos, desde alimentícios, com a questão da cotação de algumas commodities alimentícias em dólar – detalhou, referindo-se a mercadorias negociadas com preços internacionais.

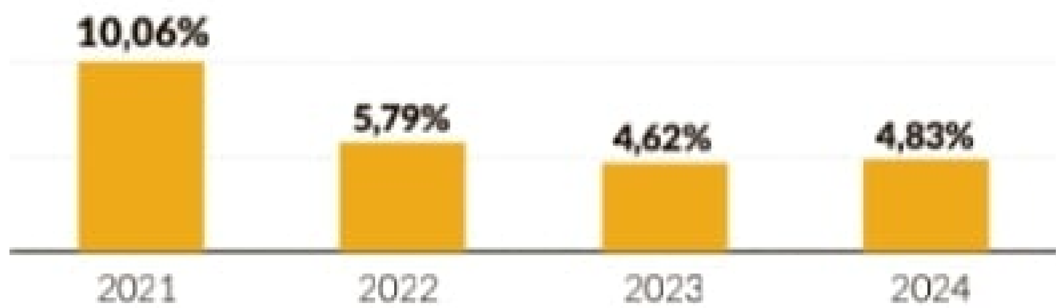
O analista acrescenta que o real desvalorizado faz com que produtores prefiram destinar parte da produção para o Exterior, uma vez que receberão as receitas em dólar valorizado. Como efeito, restringe a oferta interna. Almeida lembra ainda que o câmbio influencia o custo de produtos que possuem componentes importados. ▬

CONEXÃO DIGITAL

Como é feito o cálculo da inflação

Os resultados

Inflação medida pelo IPCA em 2024 ultrapassou o teto da meta, de 4,5%



VARIAÇÃO MENSAL EM 2024



Fonte: IBGE

Principais vilões

POR GRUPOS

- O resultado de 2024 foi influenciado principalmente pelo grupo alimentação e bebidas, com alta de 7,69% e que teve o maior impacto (1,63 ponto percentual do total de 4,83%).
- Na sequência, vieram saúde e cuidados pessoais (6,09%) e transportes (3,30%), com impactos de 0,81 p.p. e 0,69 p.p., respectivamente. Os três grupos juntos responderam por cerca de 65% do resultado do ano.

POR ITENS

Carnes	20,84% (0,52 p.p)
Gasolina	9,71% (0,48 p.p.)
Plano de saúde	7,87% (0,31 p.p)
Refeição fora de casa	5,70% (0,20 p.p)
Café moído	39,60% (0,15 p.p)
Frutas	12,12% (0,14 p.p)
Condomínio	6,25% (0,14 p.p.)
Aluguel residencial	3,45% (0,13 p.p.)
Leite longa vida	18,83% (0,13 p.p.)
Lanche	7,56% (0,13 p.p.)

Carta do Banco Central

- Em carta aberta enviada pelo presidente do Banco Central (BC), Gabriel Galípolo, ao ministro da Fazenda, Fernando Haddad, o dirigente atribuiu o descumprimento da meta de inflação de 2024 à combinação entre forte crescimento da atividade econômica, alta do dólar e ocorrência de fatores climáticos.
- O principal fator, destacou, foi o avanço da moeda norte-americana.
- O processo de deterioração começou em abril de 2024 e se intensificou ao longo do ano, em meio à piora da percepção sobre o cenário fiscal do país, apontou.
- Esses fatores se somaram a um contexto de expectativas de inflação desancoradas e inércia da inflação do ano passado.
- Galípolo ressaltou a retomada do ciclo de aumento da taxa Selic, "com ajustes de magnitude crescente", para assegurar a convergência da inflação à meta.
- De acordo com projeções do cenário de referência do Relatório de Inflação de dezembro, a inflação ficará acima do limite do intervalo de tolerância *(de até 4,5%)* até o terceiro trimestre de 2025, entrando depois em trajetória de declínio, mas ainda permanecendo acima da meta *(de 3%)*. As estimativas de inflação acumulada em quatro trimestres são de 4,5% para 2025.

Efeitos

PORTO ALEGRE

- A inflação medida pelo IPCA em Porto Alegre foi a menor entre as capitais pesquisadas. Fechou o ano passado em 3,57%, com destaque para as quedas da cebola (-42,47%), do tomate (-38,58%) e das passagens aéreas (-16,94%).
- São Luís, com alta de 6,51%, foi a capital com a maior variação em 2024, influenciada principalmente pelos aumentos da gasolina (14,24%) e das carnes (16,01%).

REAJUSTE DE SALÁRIOS

- O Índice Nacional de Preços ao Consumidor (INPC) de dezembro ficou em 0,48%, fazendo com que em 2024 terminasse em 4,77%.
- O índice de inflação é utilizado para o cálculo do reajuste anual de salários de diversas categorias de trabalhadores.
- O salário mínimo também leva em consideração o INPC na fórmula de reajuste, porém, acompanha o acumulado de 12 meses encerrados em novembro (4,84%), de forma que o novo salário possa ser definido pelo governo ainda no fim de dezembro para vigorar em janeiro.

TETO DO INSS

- Com o resultado do INPC, a partir de fevereiro, os aposentados e pensionistas do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) que recebem acima do mínimo terão aumento de 4,77%. Com a correção, o teto dos benefícios da Previdência Social sobe para R$ 8.157,40 em 2025, contra R$ 7.786,01 em 2024.

Eufrázio

Perguntas e respostas sobre mudanças no Pix

Não haverá cobrança

A onda de desinformação que se espalhou no país motivou um desmentido do governo federal. Veja o que, de fato, é **verdade** sobre o tema

Desde o dia 1º, a Receita Federal aumentou o monitoramento das transações financeiras como pagamentos por aproximação, com cartão de crédito e pelo Pix.

Pela nova regra, as operadoras de cartões de crédito e instituições de pagamento que movimentam recursos financeiros devem prestar informações ao Fisco sobre operações financeiras, respeitando o sigilo bancário e fiscal. Os dados devem ser enviados à Receita se a movimentação mensal for superior a R$ 5 mil para pessoas físicas e R$ 15 mil para empresas. O envio dos relatórios acontecerá semestralmente. Na quinta-feira, o governo desmentiu informações falsas que circularam nas redes sociais sobre o Pix.

Saiba o que mudou desde o dia 1º

HÁ OU HAVERÁ COBRANÇA DE IMPOSTO POR PIX?
Falso. A Receita Federal informou que o aumento do monitoramento das movimentações não vai resultar na cobrança de imposto ou aumento da carga tributária.

A RECEITA FEDERAL SERÁ INFORMADA NA HORA SOBRE TODOS OS PIX DE R$ 5 MIL?
Falso. As instituições financeiras e de pagamento e operadoras de cartão de crédito têm de enviar essas informações duas vezes ao ano. As informações referentes ao primeiro semestre deverão ser prestadas até o último dia útil de agosto. Os dados do segundo semestre serão apresentados até o último dia útil de fevereiro, prazo que permitirá a inclusão na declaração pré-preenchida do Imposto de Renda, em março.

O OBJETIVO DO FISCO É APERTAR O CERCO CONTRA SONEGADORES?
Verdadeiro. Pessoas físicas e jurídicas que têm problemas de sonegação fiscal vão ter maior pressão para entrar em conformidade e garantir que os valores que declaram sejam verdadeiros.

QUEM RECEBER UM PIX ACIMA DE R$ 5 MIL VAI SER TAXADO NO IR AUTOMATICAMENTE?
Falso. Com as informações recebidas, a Receita poderá cruzar os dados e, caso perceba inconsistências, pode investigar o motivo, mas nada disso ocorre de forma automática.

A E-FINANCEIRA VAI SUBSTITUIR A DECLARAÇÃO DE OPERAÇÕES COM CARTÕES DE CRÉDITO (DECRED)?
Verdadeiro. A e-Financeira é uma obrigação acessória que reúne informações fornecidas por instituições financeiras. Com a atualização, ela substitui a antiga Declaração de Operações com Cartões de Crédito (Decred), incorporando um módulo mais abrangente.

A RECEITA FEDERAL SABE PARA QUEM VOCÊ ESTÁ FAZENDO O PAGAMENTO OU TRANSFERÊNCIA?
Falso. Quando você faz uma transferência, como um Pix, a instituição financeira não informa diretamente para quem ou por qual motivo você enviou aquele dinheiro.

PanVel

Aproveite **até 40%OFF** em mais de 2000 itens de saúde, em todas as lojas físicas, site e aplicativo da **Panvel Farmácias**.

Acesse o Clube pelo site ou app de GZH e aproveite:

clubedoassinanterbs.com.br

Clube do Assinante

PREFEITURA MUNICIPAL DE PORTO XAVIER/RS

AVISO DE LICITAÇÃO. Pregão Eletrônico Nº002/2025 – Aquisição de Veículos Zero Quilômetro para a Secretaria Municipal de Saúde. A abertura das propostas será dia 05 do mês de fevereiro do ano de 2025, às 08:30 horas, na Prefeitura Municipal de Porto Xavier/RS. Cadastros das Propostas a partir do dia 13 de janeiro de 2025 na plataforma www.bll.org.br. O edital completo e demais informações no site da Prefeitura www.portoxavier.rs.gov.br. Porto Xavier, 10 de janeiro de 2025. OSMAR STEINBRENNER - Prefeito Municipal em Exercício.

PREFEITURA MUNICIPAL DE PORTO XAVIER/RS

AVISO DE LICITAÇÃO. Pregão Eletrônico (SRP) Nº001/2025 – Registro de Preços para Possível Aquisição de Materiais de Expediente e Esportivo para Manutenção das Atividades das Secretarias Municipais. A abertura das propostas será dia 23 do mês de janeiro do ano de 2025, às 08:30 horas, na Prefeitura Municipal de Porto Xavier/RS. Cadastros das Propostas a partir do dia 13 de janeiro de 2025 na plataforma www.bll.org.br. O edital completo e demais informações no site da Prefeitura www.portoxavier.rs.gov.br. Porto Xavier, 10 de janeiro de 2025. OSMAR STEINBRENNER - Prefeito Municipal em Exercício.

PREFEITURA MUNICIPAL DE PORTO XAVIER/RS

PREGÃO PRESENCIAL Nº001/2025 – Contratação de Empresa para Especializada para Elaboração dos PPCIS (Prevenção e Proteção Contra Incêndios) nas Escolas Municipais. A abertura das propostas será dia 06 do mês de fevereiro do ano de 2025, às 09:00 horas, na Prefeitura Municipal de Porto Xavier/RS. O edital completo e demais informações poderão ser obtidas na Prefeitura Municipal, sito à Rua Tiradentes, 540 ou pelo Fone: 55–3354-0700, no horário de expediente (08h00 às 12:00 horas e das 14h00 às 17h00), também no site da Prefeitura www.portoxavier.rs.gov.br.Porto Xavier, 10 de janeiro de 2025. OSMAR STEINBRENNER - Prefeito Municipal em Exercício.

LEILÕES

EDITAL DE LEILÃO DE ALIENAÇÃO FIDUCIÁRIA

[illegible]

Guia de ofertas

ALUGO EM CANELA
Residência na Vila Suzana com 250m², com calefação, terreno 12.000m²
Tr. (51) 999.605.003

ALUGO CASA COMERCIAL
Casa com 300m² Av. João Obino, frente Grêmio Náutico União/ Escola Panamericana, p/ Escola/Academia. R$ 15.000,00
Tr. (51) 999.605.003

VENDO OU PERMUTO BAIRRO MENINO DEUS
Linda vista para o Guaíba, esquina com 3.972m², na Rua Gabriela esq. B. Cerro Largo.
Tr: (51) 999.605.003

ALUGO BAIRRO AUXILIADORA
Casa 650m², Pedro Chaves Barcelos quase esq. rua Pedro Ivo, p/ Escritório/Residência alto luxo. R$ 20.000,00
Tr. (51) 999.605.003

LOJAS CARLOS GOMES/D.PEDRO II
Alugo 2 lojas, esquina Av. Augusto Meyer, com 294m² e 206m², 16 vagas estac. BUILT TO SUIT.
Tr. (51) 999.605.003

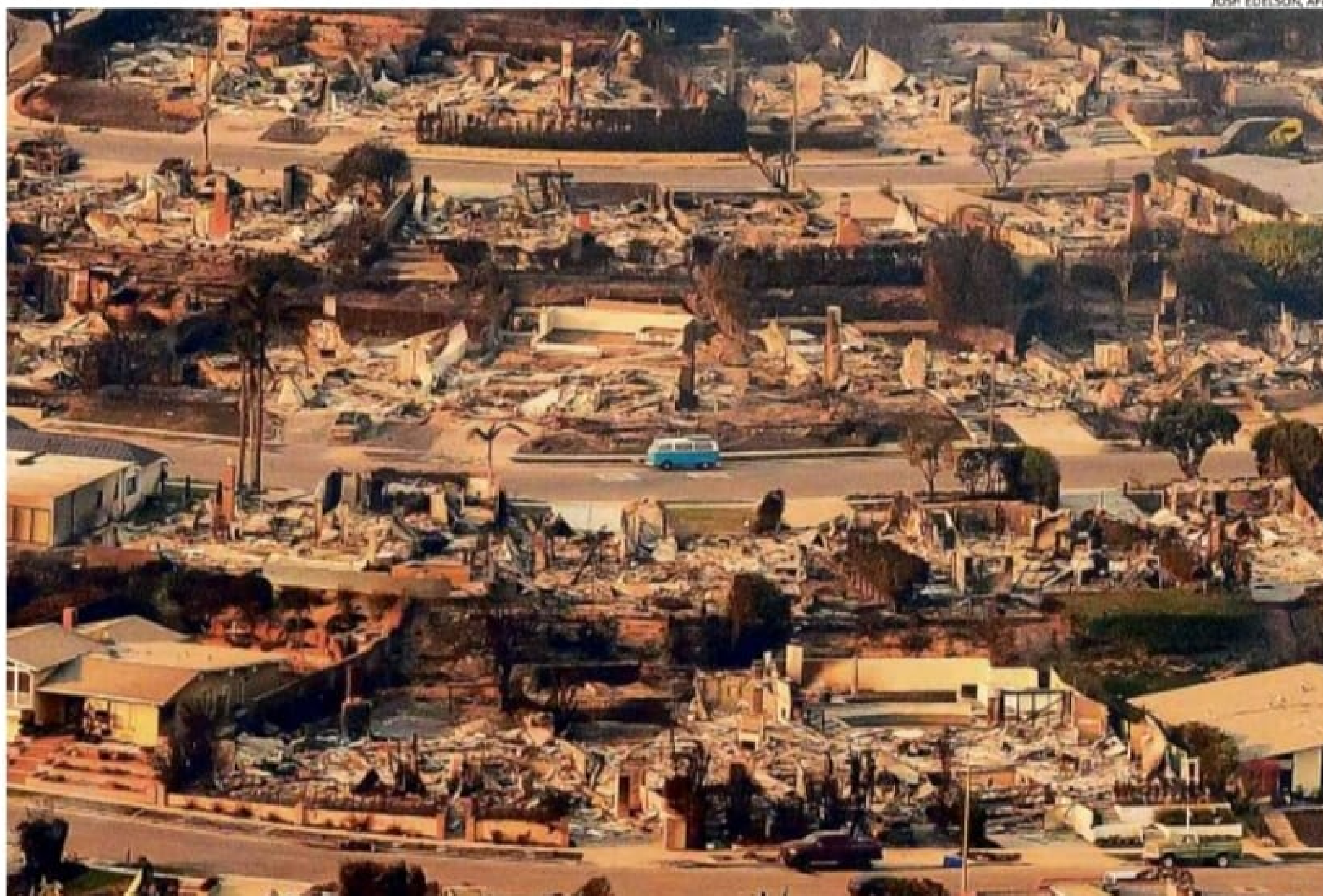
EUCALIPTO
SÃO SEBASTIÃO DO CAI
R$ 100,00 / MST EM PÉ
Tr. Fone: (51) 999-605-003

Toque de recolher noturno nas áreas de incêndio em Los Angeles

Estados Unidos

Vinte pessoas são presas depois de relatos de saques. **Número de mortos** sobe para ao menos 10. Presidente dos EUA compara impacto a "**cenário de guerra**, onde havia certos alvos que eram bombardeados". Ainda havia ameaça de novos focos impulsionados por fortes ventos

JOSH EDELSON, AFP



Vista aérea tomada de helicóptero mostra impacto do fogo que praticamente varreu residências na região de Pacific Palisades

As autoridades de Los Angeles implementaram um toque de recolher noturno para evitar saques em meio aos incêndios florestais que atingem a região do sul da Califórnia, nos Estados Unidos. De acordo com o xerife do condado de Los Angeles, Robert Luna, 20 pessoas foram presas em zonas de incêndios após relatos de roubos.

– Você não pode ficar nessas áreas afetadas. Se estiver, você pode ser preso – disse Luna em entrevista coletiva a respeito do toque de recolher entre 18h e 6h locais. – Estamos fazendo isso para proteger as estruturas, as casas que as pessoas abandonaram porque ordenamos que elas saíssem – acrescentou.

Ainda havia ameaça de novos incêndios impulsionados por fortes ventos, em meio a esforços dos bombeiros para conter as chamas que mataram pelo menos 10 pessoas e destruíram milhares de casas e estruturas nesta semana. O governador da Califórnia, Gavin Newsom, aprovou na quinta-feira um pedido do Condado de Los Angeles para que a Guarda Nacional da Califórnia ajudasse as forças de segurança durante os incêndios.

O presidente dos EUA, Joe Biden, comparou na sexta-feira a cidade de Los Angeles a um "cenário de guerra" e prometeu recursos federais para ajudar o Estado a enfrentar a situação.

– Me lembrou mais um cenário de guerra, onde havia certos alvos que eram bombardeados – declarou Biden, que deixará a Casa Branca em 20 de janeiro.

> "Não pode ficar nessas áreas afetadas. Se estiver, pode ser preso. **Estamos fazendo isso para proteger** as casas que as pessoas abandonaram porque ordenamos que saíssem.
>
> **Robert Luna**
> *Xerife do condado de Los Angeles sobre o toque de recolher noturno nas áreas de incêndio*

Ele também destacou que há "evidências claras de saques" e criticou os "demagogos" por espalharem desinformação sobre os incêndios.

Acusação sem prova

Já o presidente eleito Donald Trump culpou Newsom pela situação e, sem apresentar provas, acusou-o de "incompetência" na gestão dos incêndios e no desperdício de água em meio à seca que afeta aquela área da costa oeste do país.

A supervisora do condado de Los Angeles, Kathryn Barger, declarou que os saqueadores enfrentarão todo o peso da lei:

– Prometo que eles serão responsabilizados. Que vergonha para aqueles que se aproveitam de nossos vizinhos durante este momento de crise.

Bairros inteiros foram devorados pelo fogo e milhares de casas foram destruídas em um dos piores desastres que atingiram a Califórnia, com perdas avaliadas em US$ 150 bilhões (R$ 820 bilhões na cotação atual).

– Perdi tudo. Minha casa pegou fogo e eu perdi tudo – contou Hester Callul, que chegou a um abrigo depois de deixar sua residência em Altadena, no norte da cidade.

Cinco incêndios separados devastaram 14.160 hectares de Los Angeles até o momento, informou o Corpo de Bombeiros do Estado. O maior destruiu mais de 8 mil hectares do luxuoso bairro de Pacific Palisades, onde os bombeiros afirmaram ter começado a controlar o fogo. Na manhã de sexta-feira, 6% de seu perímetro estava contido, o que significa que não pode mais se espalhar nesta direção.

Fora de controle

Mas o incêndio nas áreas de Altadena e Pasadena continuava totalmente fora de controle, com mais de 5 mil hectares queimados e com a infraestrutura essencial, incluindo as torres de comunicação em Mount Wilson, ameaçada. Um terceiro foco ocorreu na noite de quinta-feira perto de Calabasas e na localidade de Hidden Hills, onde moram celebridades como Kim Kardashian.

Um sobrevoo de helicóptero realizado pela Agência France Press em Pacific Palisades e Malibu revelou a desolação.

– Isto é uma loucura... Todas estas casas desapareceram – disse o piloto do helicóptero Albert Azouz.

Nos cobiçados terrenos à beira-mar de Malibu, a estrutura dos edifícios indica a magnitude do que foi destruído. Mansões bilionárias desapareceram por completo.

Além da catástrofe imediata, a vida de milhões de pessoas na região foi prejudicada: escolas fecharam, centenas de milhares ficaram sem energia e vários eventos importantes foram cancelados ou transferidos para outro local. Meteorologistas alertaram que as condições "críticas" de vento e seca, embora estejam diminuindo, ainda não acabaram.

Os incêndios florestais ocorrem de forma natural, mas os cientistas afirmam que a mudança climática causada pelo homem está alterando o clima e mudando a dinâmica destes focos. Dois anos úmidos no sul da Califórnia deram lugar a um ano de forte estiagem, deixando muito combustível seco e pronto para queimar.

Eufrázio

Ano de 2024 foi o mais quente desde 1850

Crise climática

Temperatura média ficou em 15,10°C, o que representa **aquecimento** de 1,6°C, **acima do limite de 1,5°C** estabelecido no Acordo de Paris

A Terra registrou seu ano mais quente em 2024 desde níveis pré-industriais, em 1850, quando começaram as medições. Também foi o primeiro a ultrapassar a marca de 1,5°C de aumento na temperatura média do planeta, segundo dados divulgados na sexta-feira pelo centro de observação Copernicus, da União Europeia.

Esse limite de 1,5°C foi estabelecido no Acordo de Paris de 2015. Segundo os dados, a temperatura média global foi de 15,10°C. Além de ser recorde, isso representa aumento de 1,6°C. O índice ficou acima de 1,5°C ao longo de 11 meses no ano passado.

Em divulgações de dados coordenadas, as agências meteorológicas do Japão e do Reino Unido também encontraram resultados semelhantes. No caso do Japão, o aumento foi de 1,57°C, e do Reino Unido, 1,53°C. Informações similares também foram confirmadas nos Estados Unidos por sua agência de oceanos e atmosfera (NOAA).

– Temperaturas sem precedentes em 2024 exigem uma ação climática drástica em 2025 – disse o secretário-geral da ONU, António Guterres.

– Ainda há tempo para evitar o pior da catástrofe climática – completou Guterres, mas os líderes devem "agir agora".

O Gabinete de Meteorologia Britânico alertou que 2025 pode ser um dos três anos mais quentes já registrados no planeta. Neste ano, o cético em relação ao clima Donald Trump estará de volta ao poder, e os países também devem anunciar seus novos compromissos climáticos, atualizados a cada cinco anos, conforme o Acordo de Paris de 2015.

"Advertência severa"

O aquecimento global atual não tem precedentes em pelo menos 120 mil anos. É uma "advertência severa", disse Johan Rockstrom, do Instituto Potsdam, que pesquisa o impacto da mudança climática.

– Estamos vivenciando os primeiros impactos de um mundo a +1,5° C – disse.

Os incêndios devastadores na região de Los Angeles, que deixaram mortos, feridos e milhares de casas queimadas, coincidiram com essas previsões alarmantes. Outros desastres agravados pela mudança climática surgiram nos últimos meses: 1,3 mil mortos em ondas de calor extremo na peregrinação a Meca em junho, inundações históricas no Rio Grande do Sul, na África e na Espanha, furacões violentos nos Estados Unidos e no Caribe. Em termos econômicos, desastres naturais causaram US$ 320 bilhões (R$ 1,9 trilhão) em prejuízos no mundo todo, de acordo com a seguradora Munich Re.

Restringir o aquecimento a 1,5°C em vez de 2°C, o limite mais alto do Acordo de Paris, reduziria significativamente as consequências mais catastróficas, segundo o IPCC, o painel de especialistas climáticos da ONU.

– Cada ano da última década foi um dos 10 mais quentes já registrados – alertou Samantha Burgess, vice-diretora do Serviço de Mudança Climática (C3S) do Copernicus.

A COP29 de novembro, em Baku, a última grande conferência climática da ONU, terminou com apenas uma nova meta para o financiamento climático e permaneceu quase em silêncio sobre as ambições de redução de gases de efeito estufa e, em particular, a eliminação de combustíveis fósseis.

Oceanos e vapor de água na atmosfera

- **Os oceanos, que absorvem 90% do excesso de calor causado pela humanidade, também continuaram seu superaquecimento, atingindo recorde no ano passado. A média anual de suas temperaturas na superfície, excluindo as áreas polares, atingiu o nível inédito de 20,87°C, quebrando o recorde de 2023.**
- **Além dos impactos imediatos das ondas de calor marinhas sobre os corais e peixes, esse superaquecimento duradouro dos oceanos, o principal regulador do clima da Terra, afeta as correntes marinhas e atmosféricas. Mares mais quentes liberam mais vapor de água na atmosfera, fornecendo energia adicional para tufões, furacões e tempestades.**
- **O Copernicus observa, portanto, que o nível de vapor de água na atmosfera também atingiu recorde em 2024, cerca de 5% acima da média de 1991-2020.**

rbstv tvglobo
Big Brother Brasil 25
A MELHOR DUPLA DA RBS TV É VOCÊ + O BBB25
A 25ª edição da casa mais vigiada do Brasil está chegando com uma decoração especial em comemoração aos 60 anos da TV Globo. E neste ano tem novidade: *os participantes vão entrar em DUPLAS!*
O programa estreia no dia 13 de janeiro com tudo que a gente ama: muito fogo no parquinho.
Tá preparado pra dar aquela espiadinha?
BBB25 É NA RBS TV
@rbstv_ @rbstv_ @rbstv @rbstv /rbstv

Esta coluna contém informação e opinião



GPS DA ECONOMIA

Marta Sfredo
marta.sfredo@zerohora.com.br

com João Pedro Cecchini
joao.cecchini@zerohora.com.br

Galípolo mira fiscal ao explicar estouro da meta

Como o IPCA, índice oficial de inflação no Brasil, fechou 2024 acima do teto da meta, em 4,83%, o presidente do Banco Central, Gabriel Galípolo, foi obrigado a escrever uma carta aberta explicando os motivos e se comprometendo com medidas para evitar que volte a ocorrer.

Nas justificativas, Galípolo apontou três principais causas da inflação: o "ritmo forte de crescimento da atividade econômica", a depreciação cambial e fatores climáticos. Dois desses fatores têm forte peso das decisões do governo Lula: o aumento de gastos acelerou o crescimento e hesitações em cortes de gastos pressionaram o câmbio.

Na carta, Galípolo afirmou que "a significativa depreciação cambial decorreu principalmente de fatores domésticos, complementada pela apreciação global do dólar norte-americano". Esse trecho acentua a responsabilidade do governo Lula sobre o estouro da meta de inflação.

Em resumo, Galípolo colocou o alvo no fiscal: "A percepção dos agentes econômicos sobre o cenário fiscal afetou, de forma relevante, os preços de ativos e as expectativas dos agentes, especialmente o prêmio de risco, as expectativas de inflação e a taxa de câmbio".

Nas providências para que não volte a ocorrer estouro, o presidente do BC reafirma a intenção de fazer duas novas elevações de um ponto percentual no juro básico, que assim chegará a 14,25% em março.

Reiterando leituras do mercado, Galípolo projeta que "a inflação ficará acima do limite do intervalo de tolerância até o terceiro trimestre de 2025, entrando depois em trajetória de declínio, mas ainda permanecendo acima da meta".

Para esclarecer: a carta de explicações dos presidentes do BC são dirigidas ao presidente do Conselho Monetário Nacional (CMN) porque é esse órgão que define a meta de inflação que o BC deve perseguir. Como quem ocupa esse cargo é o ministro da Fazenda, é o destinatário da carta, mas o documento é concebido como uma explicação à nação. Logo, Galípolo não dá explicações a Haddad, mas à população brasileira, que sofre o efeito da alta de preços.

Depois de chegar à menor cotação em quase um mês na quinta-feira, o dólar fechou a semana em R$ 6,102. O maior motivo da alta de 1% na sexta foi o dado de geração de empregos nos EUA acima do esperado. Sim, lá também.

KEMPINSKI LAJE DE PEDRA, DIVULGAÇÃO



Operações do Espaço Kempinski vão seguir em funcionamento

01 Restaurante muda de lugar no Laje de Pedra

Na próxima segunda-feira, serão interrompidas as operações do Espaço Kempinski Laje de Pedra, em Canela. O complexo inclui o restaurante 1835 Carne e Brasa, o Bar do Laje e Wine Bar e a La Victoria, de artigos campeiros, além de apartamentos-modelo e da Galeria do Laje.

Em 31 de janeiro, o público voltará a ser recebido no edifício Bosque, o primeiro a ser concluído no projeto da rede de hotéis de luxo em Canela.

A mudança marca o início de nova fase de construção, focada na recuperação dos traços do antigo hotel e na ampliação do complexo hoteleiro, conduzida pela BN Engenharia.

A etapa inicial inclui reforma e modernização de 24 mil metros quadrados de área construída, que incluem os primeiros 128 apartamentos e todas as áreas comuns do hotel. A entrega está prevista para final de 2026.

Novidades

Até lá, todas as operações do Espaço Kempinski Laje de Pedra seguirão em funcionamento no edifício Bosque. E haverá novidade: começa a funcionar dentro da La Victoria outra loja da Whisky Society operada pelo Grupo Magnólia.

No edifício Bosque, os visitantes ainda vão poder ver o futuro do Kempinski Laje de Pedra em sala imersiva.

02 Especulação sobre fusão entre aéreas

A crise causada pela pandemia nas companhias aéreas fez Latam e Gol pedirem proteção contra credores nos Estados Unidos e levou a Azul a um acordo particular com credores. A situação financeira dessas empresas provoca, de tempos em tempos, iniciativas para combinar negócios.

A especulação mais recente é de uma eventual fusão entre a Azul e a Gol. A coluna usa a palavra "especulação" porque não há – como sempre ocorre nesses casos – confirmações oficiais das empresas. Mas o mercado trata como um negócio em andamento que pode ter sucesso ou ficar pelo caminho.

Na quinta-feira, as ações da Gol subiram 9% na bolsa de valores com a informação de que a empresa discute com a Abra, controladora da Azul, a assinatura de um memorando de entendimento para abrir as negociações.

O estágio de avanço das conversas já faz com que gestoras de investimentos já examinem as consequências de um eventual acordo. Para os consumidores, a possibilidade tem duas leituras. Se fortaleceria uma companhia majoritariamente nacional – a Latam tem capital chileno –, estreitaria ainda mais as já escassas escolhas de quem compra passagens aéreas.

03 Condenar a Venezuela e defender ditadura no Brasil?

JUAN BARRETO, AFP



Clima nas ruas de Caracas aponta tensão com a posse de Maduro

A terceira posse de Nicolás Maduro na presidência da Venezuela teve todos os ingredientes que transformam o país de ditadura envergonhada para ditadura escancarada. Houve quebra constitucional para permitir a terceira eleição – esse tipo de intervenção também é golpe, quando é na Venezuela se entende melhor? –, manipulação do resultado eleitoral e, para culminar, a prisão da líder da oposição na véspera.

Então, por que boa parte dos que se horrorizam com a ditadura na Venezuela quer repetir esse regime no Brasil? Essa é uma questão para a qual não há sequer uma tese, quanto mais uma resposta, por ser simplesmente inexplicável.

Ainda assim, é uma pergunta que se impõe no calor dos fatos na Venezuela. O que ocorreu com a opositora María Corina Machado ainda é um mistério, porque fontes oficiais negam que ela tenha sido detida. Mas como esse é o comportamento típico das ditaduras – basta lembrar a saga da protagonista do filme *Ainda Estou Aqui* em busca de uma resposta sobre o destino do ex-deputado Rubens Paiva –, não tem credibilidade.

Democracia sempre

A jornalista que assina esta coluna também se horroriza com a ditadura na Venezuela – ou onde quer que se materialize. E, por isso, não deseja ver algo semelhante se repetir no Brasil, seja qual for a alegação.

Democracias não são perfeitas, como disse nesta semana o ex-presidente do Uruguai José "Pepe" Mujica. Ele lembrou:

– É fácil ter respeito por aqueles que pensam de forma parecida com a nossa, mas é preciso aprender que o fundamento da democracia é o respeito por quem pensa diferente.

Mujica está se despedindo da vida. Será que o mundo ensaia uma despedida dessa noção de democracia?

Esta coluna contém informação e opinião



CAMPO E LAVOURA

Gisele Loeblein
gisele.loeblein@zerohora.com.br

com Carolina Pastl
carolina.pastl@zerohora.com.br

Recursos sobrando e "vagas abertas" para a irrigação

Ferramenta considerada um seguro para os períodos recorrentes de estiagem, a irrigação ainda ocupa um espaço tímido na produção de grãos do RS. Ainda assim, o programa do Estado criado para incentivar a ampliação da área com o sistema está com dinheiro "sobrando". Até o momento, apenas 10% do total disponibilizado para subsídio aos produtores foi empenhado.

Parte das ações do Supera Estiagem, o programa de irrigação está na segunda fase e tem inscrições abertas até abril. Nessa etapa, a subvenção é de 20%, com um teto de R$ 100 mil por produtor. Já chegaram para análise 392 projetos, dos quais 373 foram analisados, e desses 286 já receberam a aprovação.

Essa quantia de projetos pode acrescentar 7,73 mil hectares irrigados, com o valor a ser subvencionado podendo alcançar R$ 19 milhões.

– Buscamos tanto o seguro agrícola... a irrigação é o seguro agrícola mais garantido – reforça Clair Kuhn, secretário estadual de Agricultura.

Meta de ampliação

Ao lançar o programa, há quase um ano, o governo do Estado colocou à mesa R$ 213 milhões, com uma meta de ampliar em torno de 100 mil hectares a área irrigada. Esse espaço representaria 33% do total cultivado no sequeiro (o que não inclui o arroz). Hoje, apenas 3,2% da área de soja conta com o sistema, e de milho, 15%.

– Vamos apresentar ao governador a atual fase e já pedir uma terceira ou a complementação desse edital – adianta Kuhn.

Na fase 1, foram empenhados R$ 2,4 milhões com 226 projetos. Na etapa, o subsídio, também de 20% do valor do projeto, tinha como teto o valor de R$ 20 mil.

A região do Estado que mais apresentou propostas foi a das Missões/Noroeste: 34. O titular da Agricultura avalia que, por sofrer com a estiagem há mais tempo, essa área tem direcionado mais esforços para a implementação do sistema.

– Muitos ainda não entenderam a importância de se investir em irrigação – acrescenta o secretário estadual de Desenvolvimento Rural, Vilson Covatti.

STOCK.ADOBE.COM



Disputa de pratos à base de carne ovina é atração de feira em Bagé

01 Batalha culinária

Inspirado no *MasterChef* – e no balido da estrela da festa –, o setor gaúcho de ovinos tem um concurso culinário para chamar de seu. É o Béee-Chef, que, neste ano, chega à segunda edição. A competição é uma das atrações da Agrovino, feira em Bagé, na Campanha, que começa na próxima quarta-feira.

Presidente da Associação Bageense dos Criadores de Ovinos (Abaco), Gustavo Velloso diz que, até a década de 1970, o rebanho era majoritariamente voltado para a produção de lã. A ovelha ia para consumo só quando ficava mais velha – e o sabor poderia ser "mais forte".

– A medida que foi se trabalhando na produção de carne de ovelha, o abate começou a ser feito de forma precoce, em cordeiros, o que dá total diferença no sabor – garante Velloso.

02 Dois programas à vista em janeiro

Na passagem pelo Estado, o ministro do Desenvolvimento Agrário, Paulo Teixeira, adiantou à coluna que o governo federal deverá lançar ainda em janeiro um programa de reforma agrária.

A meta inicial é assentar 30 mil famílias em 2025 e outras 30 mil em 2026.

Ainda conforme o titular da pasta, no país, 115 mil famílias têm demanda por terra. No RS, o número é de 1,5 mil.

Além disso, está previsto o Desenrola Rural, programa inspirado no Desenrola Brasil. Teixeira disse que "está tudo aprovado no Congresso Nacional, pactuado com o governo, só faltando um ou outro detalhe no Ministério da Fazenda".

03 Clima "murcha" projeção de safra

A projeção de uma safra cheia de soja para este ano, no Estado, pode ter ficado no passado. Ainda que seja cedo para se projetar uma quebra, o presidente da Associação de Produtores de Soja do RS (Aprosoja-RS), Ireneu Orth, observa que os prejuízos começaram a se multiplicar pelas lavouras da oleaginosa, que é a principal cultura cultivada no Estado.

– Uma safra normal, que se previa, de até 22 milhões de toneladas, é quase impossível de se atingir – disse.

É o que identifica também a Emater no informativo conjuntural divulgado na quinta-feira. Conforme texto, "a redução da umidade já causa estresse hídrico em parte significativa das áreas no Estado, reduzindo o potencial produtivo da cultura".

ELLEN BONOW, EMATER, DIVULGAÇÃO



Plantio da soja está na reta final

De acordo com o assistente técnico em culturas da Emater, Alencar Rugeri, 23% dos 6,8 milhões de hectares semeados estão na fase mais crítica e, na sua avaliação, "preocupante".

O plantio, que está na reta final, também evoluiu pouco em uma semana diante desse cenário. O Estado está com 98% da área semeada.

IMPACTO QUE GERA
RESULTADO
Potencialize a comunicação da sua marca
e amplie os resultados do seu negócio!





FALE COM A GENTE

Grupo RBS NEGÓCIOS

Eufrázio

ZERO HORA, SÁBADO E DOMINGO, 11 E 12 DE JANEIRO DE 2025

Vítimas são as três mulheres que morreram após comerem bolo de Natal envenenado, em Torres, e o **sogro da investigada**, falecido em setembro em Arroio do Sal. Divulgado na sexta-feira, resultado da perícia aponta **que ele ingeriu arsênio**

Para a polícia, nora está por trás de quatro assassinatos

REPRODUÇÃO



Em imagem de 2021, Deise aparece com Zeli e Paulo dos Anjos – a relação, contudo, seria conturbada

A Polícia Civil está convicta de que Deise Moura dos Anjos, 42 anos, presa no domingo passado, está por trás das mortes de quatro familiares – todos envenenados. A primeira vítima teria sido o sogro, Paulo Luiz dos Anjos, que morreu em setembro passado, em Arroio do Sal, e teve o corpo exumado na última quarta-feira. Exames nos restos mortais confirmaram que houve ingestão de arsênio.

As outras três vítimas foram as mulheres que faleceram após comerem um bolo envenenado em 23 de dezembro, em Torres, numa confraternização familiar. A polícia ainda afirma não descartar que Deise tenha "praticado outros envenenamentos em pessoas próximas da família". Os apontamentos da investigação foram divulgados na sexta-feira, em coletiva de imprensa realizada em Capão da Canoa.

– As provas colhidas até o momento nos convencem de que a suspeita, Deise, é autora desses crimes e, provavelmente, não sairá da cadeia nesta vida – disse o subchefe de Polícia, delegado Heraldo Chaves Guerreiro.

Morreram após comerem o bolo Neuza Denize Silva dos Anjos, 65, Maida Berenice Flores da Silva, 59, e Tatiana Denize Silva dos Anjos, 47, filha de Neuza. O doce foi preparado por Zeli Teresinha Silva dos Anjos, 61, irmã de Neuza e Maida, viúva de Paulo e sogra de Deise.

As apurações e exames indicaram que a farinha usada no preparo, na casa de Zeli, em Arroio do Sal, teria sido envenenada com arsênio. Conforme a polícia, o veneno usado nos crimes foi comprado pela internet.

– Ela *(Deise)* pesquisou, comprou e usou veneno para matar as vítimas – afirma o delegado Cléber Lima, diretor do Departamento de Polícia do Interior.

Receita sem cheiro

Segundo a delegada regional de Capão da Canoa, Sabrina Deffente, Deise pesquisou na internet receita de veneno que fosse inodora e insípida.

– Há fortes indícios de que ela tenha praticado outros envenenamentos em pessoas próximas da família, os quais serão objeto de investigação a partir de agora. Ela pesquisou sobre venenos, incluindo uma receita de veneno sem cheiro e sem gosto. A partir desta combinação de elementos, começou a tentar envenenar familiares – revelou a delegada.

Delegados afirmam não descartar que tenha havido mais envenenamentos

Segundo a delegada, Deise fez quatro compras de veneno em cinco meses: uma antes da morte do sogro e três depois:

– De uma delas *(das compras)*, não só encontramos a nota fiscal como o código de rastreio.

O delegado Marcos Vinicius Veloso, responsável pela investigação, afirma que Deise era suspeita desde o momento em que a ocorrência envolvendo o bolo foi registrada na delegacia de Torres:

– Ela foi citada desde o primeiro depoimento. ▬

* Participaram dessa reportagem Jean Peixoto, Adriana Irion e Humberto Trezzi

Suspeita-se que veneno estaria no leite em pó entregue para o casal de idosos

A operação que investigou as mortes foi intitulada de Aqua Tofana, em alusão a um veneno utilizado no século 17 para envenenar pessoas sem deixar rastros, por ser insípido, inodoro e incolor.

Segundo a diretora-geral do Instituto-Geral de Perícias (IGP), Marguet Inês Hoffmann Mittmann, os exames periciais confirmaram que é "impossível" que a morte do sogro tenha sido acidental.

– Conclui-se que a causa da morte de Paulo dos Anjos foi a contaminação por arsênio consumido de forma oral em algum alimento – diz a perita.

A delegada regional Sabrina Deffente acrescenta que o envenenamento do sogro teria ocorrido por meio do leite em pó que foi levado por Deise para ele dois dias antes de sua morte.

Deise e o marido visitaram Paulo e Zeli em 31 de agosto do ano passado. Depois de consumir bananas e leite em pó trazidos pela nora, o casal passou mal e foi hospitalizado. Paulo acabou morrendo, com crises de vômito, diarreia e sangramentos estomacais, interpretados na ocasião como intoxicação alimentar.

Depois que as duas irmãs e a sobrinha de Zeli morreram ao ingerir o bolo, a polícia passou a suspeitar das circunstâncias da morte de Paulo, que não havia levantado suspeitas e não foi investigada à época.

A polícia começou a desconfiar de Deise a partir de relatos de testemunhas, informando que ela e os sogros tinham relação conturbada já há 20 anos.

Contraponto

O QUE DIZ A DEFESA DE DEISE MOURA DOS ANJOS

Em nota, a equipe do escritório Cassyus Pontes Advocacia afirma que "as declarações divulgadas na coletiva de imprensa ainda não foram judicializadas no procedimento sobre o caso", portanto "aguarda a integralidade dos documentos e provas para análise e manifestação".

Acrescenta que solicitou à Justiça o acesso ao inquérito e diz que Deise colabora com as investigações, "inclusive o com depoimento em delegacia, anterior ao decreto prisional". O texto finaliza dizendo que "ainda restam diversos questionamentos e respostas em aberto neste caso, os quais não foram definidos ou esclarecidos no inquérito".

Os relatos

Zero Hora teve acesso exclusivo a esses depoimentos. As testemunhas descrevem a convivência entre as três irmãs (Zeli, Maida e Neuza) como "maravilhosa", ao contrário da relação de Zeli com a nora.

Um dos depoentes definiu Deise como "manipuladora" e disse que ela afastou os pais do seu marido. Para Zeli, a nora teria dito, conforme testemunha, que ela ainda veria "toda a família em um caixão".

Na investigação, Deise negou em depoimento ter envenenado alimentos, mas contou detalhes da relação difícil, principalmente, com a sogra. Admitiu que se referia a Zeli como "naja". Também contou que ficou irritada pelo fato de a sogra ter preferido passar o Natal com as irmãs e não com o filho e o neto.

Questionada se comprou veneno para colocar em alimentos, Deise negou, mas relatou aos policiais que Zeli teria adquirido "matamato" (herbicida) e veneno contra ratos para usar na casa.

As pesquisas

A polícia também perguntou se ela fez pesquisas na internet a respeito de "venenos fatais para humanos", e ela confirmou, tendo aparecido na tela "chumbinho" e veneno de rato. Mas alegou que fez isso após a morte do sogro, porque Zeli desconfiava que ele pudesse ter morrido envenenado.

Acrescentou que já em 24 de dezembro realizou nova pesquisa, ao saber do envenenamento que vitimou as irmãs da sogra. Alegou que pesquisou também sobre arsênico, ao tomar conhecimento dos sintomas das mortes. Ela ainda afirmou que "não há bens a serem herdados" e que não teria motivo para envenenar ninguém. ▬

Eufrázio

Em mensagem, sugestão de "não buscar culpados"

Na coletiva de imprensa, foram reveladas mensagens enviadas por Deise para a sogra, Zeli. Para a polícia, elas teriam o intuito de evitar investigações sobre a morte de Paulo.

Em um dos textos encaminhados à sogra, Deise afirmou: "Acho que precisamos rezar mais, aceitar mais e não procurar culpados onde não há. Só os momentos que Deus nos reserva, isso sim, não tem volta. Nem polícia, nem perícia podem nos ajudar a desvendar."

Adiante, ela afirmou: "Não sei, acho que eu não faria nada, pois poderia ter sido várias coisas: intoxicação alimentar, negligência médica, a banana contaminada pela enchente, ou simplesmente a hora dele... Sei lá."

Já em uma mensagem enviada a uma pessoa com quem mantinha relacionamento, Deise escreveu: "Se eu morrer, cuide do meu filho e reze bastante por mim, pois é bem provável que eu não vá para o paraíso."

"Manipuladora"

Para a delegada Sabrina, a suspeita seria uma mulher fria:

– Ela é uma pessoa extremamente manipuladora. Extremamente calma, extremamente convincente. Cada revelação foi uma surpresa.

Conforme o delegado Marcos Vinicius Veloso, a suspeita ainda tentou conseguir a cremação do corpo do sogro, mas precisava da autorização de dois médicos – e só tinha de um.

JONATHAN HECKLER



Delegado Marcos Veloso mostra texto enviado pela investigada

Farinha quase foi usada em chá da terceira idade

A mesma farinha em que foi constatada a presença de arsênio em doses letais seria usada para fazer outro bolo, a ser consumido em um encontro de grupo de idosas em Arroio do Sal.

Contudo, o evento foi cancelado. A farinha acabou sendo usada no preparo do bolo que matou três pessoas em 23 de dezembro.

Segundo a delegada Sabrina Deffente, a reunião ocorreria dias antes do encontro de família. No entanto, não houve consenso quanto ao horário do encontro e o chá foi cancelado.

A responsável pelo preparo do bolo seria Zeli, que participava do grupo de senhoras. Sem saber da contaminação por arsênio, Zeli usou a farinha que sobrou para fazer o tradicional bolo de Natal servido à família.

– Felizmente, esse chá acabou não saindo porque três ou quatro senhoras não conseguiram combinar um horário. Ela *(Zeli)* acabou usando no bolo que foi consumido no evento de família. Para vocês terem a noção da inconsequência dos atos dessa senhora *(Deise)*, que poderia ter causado tragédia ainda maior, com pessoas que nem sequer tinham relação com ela – sublinha a delegada.

Zeli também passou mal após comer o bolo. Ela recebeu alta na sexta-feira, após 19 dias internada. Outra pessoa hospitalizada após comer o bolo foi um menino de 10 anos, filho de Tatiana, uma das vítimas. Ele recebeu alta no dia 3. Jefferson, marido de Maida, também experimentou o doce, passou mal e foi liberado após atendimento.

Linha do tempo

1º ENVENENAMENTO

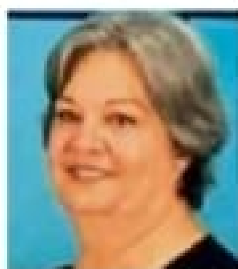
- **31 de agosto** – Deise Moura dos Anjos e o marido, Diego (não investigado), visitam os sogros em Arroio do Sal. Trazem de Canoas leite em pó e bananas.
- **1º de setembro** – Os pais de Diego, Zeli e Paulo, têm crises de diarreia e vômito após comer as bananas e tomar café com leite.
- **2 de setembro** – Paulo morre e Zeli é internada. A suspeita é de intoxicação alimentar.

2º ENVENENAMENTO

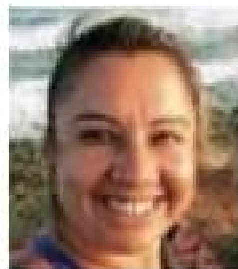
- **23 e 24 de dezembro** – Zeli prepara, em Arroio do Sal, o bolo de Reis, tradicional iguaria natalina. Leva para Torres, no apartamento de sua irmã Neuza, para tomarem café da tarde entre familiares. Seis passam mal após ingerir o doce, incluindo a própria Zeli. Após serem hospitalizados, morrem na sequência duas irmãs de Zeli (Maida e Neuza) e uma filha de Neuza, Tatiana. Um filho de Tatiana e o marido de Maida passam mal, mas sobrevivem.



Maida



Neuza



Tatiana

DEPOIMENTOS REVELADORES

- **24, 25 e 26 de dezembro** – O delegado Marcos Veloso, de Torres, ouve familiares e amigos das mulheres mortas. Todos salientam a péssima relação entre Zeli (que fez o bolo) e a nora, Deise. Alguns falam que ela prometeu matar o sogro e falou que a sogra "veria toda a família num caixão".

BUSCAS E INTERROGATÓRIOS

- **25 de dezembro** - Com base nos depoimentos, o delegado pede a prisão temporária de Deise, mas volta atrás e solicita condução coercitiva dela e do marido à delegacia. Pede também a apreensão dos celulares deles. A Justiça concede. São feitas buscas em residências de vários familiares das mortas.
- Ainda dia 25, Veloso pede exumação do corpo de Paulo Luiz dos Anjos, que morreu em setembro, também intoxicado.

POLÍCIA CIVIL, DIVULGAÇÃO



O doce que matou duas irmãs e a filha de uma delas em dezembro

- **26 de dezembro** – O delegado ouve Deise e o marido dela, Diego. Ela confirma mais de 20 anos de desavenças com a sogra Zeli e também com outros familiares do marido. A suspeita ainda relata brigas constantes com o esposo, em grande parte motivadas pela tensão com os sogros.

VENENO NO SANGUE E NAS PESQUISAS

- **27 de dezembro** – O Centro de Informações Toxicológicas (CIT) aponta presença de arsênio no sangue de três das vítimas do bolo. O delegado confirma envenenamento, mas, em um despiste, afirma que pode ter sido acidental, sem premeditação. Zeli e o filho de Tatiana, de 10 anos de idade, permanecem internados no hospital de Torres.
- **2 de janeiro** – Análise preliminar do celular de Deise mostra que ela pesquisou, encomendou e recebeu arsênio, na forma do veneno arsênico (proibido no Brasil, mas vendido pela internet).

CAPTURA DA INVESTIGADA

- **4 de janeiro** – Com base nos depoimentos, no veneno encontrado no sangue e nas pesquisas e compra de arsênio feitas pela internet, o delegado pede à Justiça a prisão de Deise.
- **5 de janeiro** – O juiz plantonista Jefferson Torelly Riegel decreta a prisão temporária de Deise.

EXUMAÇÃO INDICA NOVO CRIME

- **8 de janeiro** – É feita a exumação do corpo de Paulo dos Anjos, sogro de Deise.
- **9 de janeiro** – Resultados da exumação mostram que ele também foi envenenado.



Vídeo: assista à entrevista coletiva dessa sexta-feira



SUA SEGURANÇA

Humberto Trezzi



Policiais se dizem diante de um caso de serial killer

Os investigadores comandados pelo delegado Marcos Veloso estão convencidos de que depararam com uma serial killer. A julgar pelas provas colhidas, é o que parece ter acontecido. Primeiro, porque Deise teria cometido os assassinatos em ocasiões diferentes e, pior, teria tentado matar outros familiares em outras oportunidades.

O perfil se aproxima também de serial killers históricos porque, conforme os indícios, a suspeita agiu de forma totalmente dissimulada. Não teve um ataque de fúria.

O secretário da Segurança Pública, delegado Sandro Caron, está convencido de estar diante de um crime sem precedentes no RS. Talvez algo tão horrendo só no século 19, quando na Rua do Arvoredo (atual Fernando Machado, em Porto Alegre), um casal matou, desossou e triturou vítimas que teriam sido transformadas em linguiça.

Lembro outro caso. Entre 2002 e 2004, um andarilho matou pelo menos nove crianças na região norte do Estado, antes de ser descoberto pela Polícia Civil. Chegou a confessar os assassinatos de 12 meninos, mas nem todos os corpos foram encontrados. Escolhia ao acaso suas vítimas e, em depoimento, disse que tinha "vício em matar".

Dificilmente teremos, de parte da suspeita de envenenar familiares no Litoral Norte, esse tipo de confissão. O delegado Veloso a interrogou por cinco horas e ficou impressionado. Frieza e manipulação são as expressões usadas por ele para definir Deise. O que parece se desenhar é uma personalidade incapaz de tolerar o que considera agressões. As vítimas seriam pessoas que em algum momento tiveram discussões ou falaram mal dela. Tudo isso ainda terá de ser comprovado judicialmente. Mas não há dúvidas de que estamos ante um dos mais cruéis casos criminais da história gaúcha.

Esta coluna contém informação e opinião

humberto.trezzi@zerohora.com.br

ZH

Expediente

Grupo RBS

FUNDADOR
Maurício Sirotsky Sobrinho (1925-1986)

PRESIDENTE EMÉRITO
Jayme Sirotsky

PUBLISHER
Nelson P. Sirotsky

CONSELHO EDITORIAL
Andressa Xavier, Anik Suzuki, Claudio Toigo Filho, Ellen Appel, José Galló, Marcelo Rech, Marta Gleich, Pedro Dória, Raquel Recuero, Rodrigo Müzell, Tiago Cirqueira.

CONSELHO DE ACIONISTAS
Nelson P. Sirotsky, Pedro Sirotsky, Sônia Pacheco Sirotsky, Marcelo Sirotsky, Fernando Ernesto Corrêa, Fernando Tornaim.

CONSELHO DE GESTÃO
Nelson P. Sirotsky (presidente), Fernando Tornaim (vice-presidente), Pedro Sirotsky, Geraldo Corrêa, Gilberto Meiches, Marcelo D. Ferreira, Maurício Sirotsky Neto, Roberto Sirotsky.

CEO
Claudio Toigo Filho

COMITÊ EXECUTIVO
Caroline Torma (Marketing), Marcelo Leite (Digital e Transformação), Marco Gomes (Operações e Entretenimento Rádios), Mariana Silveira (Gestão e Finanças), Marta Gleich (Jornalismo e Esporte), Patrícia Fraga (Mercado).

ZERO HORA
Fundada em 4 de maio de 1964
zerohora.com.br

Rodrigo Müzell (gerente-executivo de Jornalismo), Leandro Fontoura (editor-chefe Edição Impressa), Renata Maynart (adjunta), Dione Kuhn (Colunistas), Eduardo Rosa (Imagens), Pedro Moreira, Isabel Marchezan, Vanessa Girardi e Felipe Bortolanza (Conteúdo).

Opinião RBS

Incoerência ou capitulação?

O presidente Luiz Inácio Lula da Silva passou um atestado internacional de incoerência e de rendição ao patrulhamento ideológico da esquerda mais radical ao autorizar a presença da embaixadora Gilvânia de Oliveira na posse ilegítima do presidente Nicolás Maduro para o terceiro mandato consecutivo na Venezuela. Respaldado apenas por regimes autocráticos, o ditador venezuelano se impôs pela força e pela repressão aos opositores, depois de ter fraudado o resultado eleitoral de um pleito em que foi derrotado. Além dos Estados Unidos e das democracias da União Europeia, a maioria dos países sul-americanos optou por não reconhecer o novo governo de Maduro, mas o Brasil, depois de simular uma ruptura por não ter sido atendido na exigência dos boletins de votação, acabou legitimando o arbítrio – e fez isso no dia seguinte ao ato em defesa da democracia patrocinado pelo governo em Brasília.

Os desmandos de Nicolás Maduro já infelicitam a Venezuela por duas décadas. Respaldado por seu aparelho repressor e apoiado estrategicamente pela Rússia e pela China como parte da guerra fria com o Ocidente, o déspota venezuelano se encastelou no poder e tenta dar continuidade ao regime chavista – um anacronismo incompatível com os tempos atuais. Depois de 12 anos no comando do país, período de crises econômicas e perseguições políticas que provocaram o êxodo de mais de 7 milhões de venezuelanos – segundo estimativas do Alto Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados (Acnur) –, o tirano assume seu terceiro mandato com a inexplicável chancela da diplomacia brasileira.

No momento em que o Brasil celebra a solidez de sua própria democracia, que também passou recentemente pelo sobressalto de um plano golpista fracassado, é muito frustrante ver uma diplomata brasileira na fila do beija-mão do vizinho ditador. Não é apenas uma questão de falta de transparência: Maduro vem intensificando a repressão aos seus opositores políticos. Mantém a ameaça de prisão sobre o rival Edmundo Gonzáles Urrutia – reconhecido por observadores internacionais como o verdadeiro vencedor da eleição presidencial – se ele pisar em solo venezuelano. Numa atitude farsesca, chegou mesmo a oferecer uma recompensa de US$ 100 mil para quem oferecesse informações sobre o paradeiro do opositor, quando era de conhecimento geral que ele circulava livremente por vários países em busca de apoio político.

> No momento em que o Brasil celebra a solidez de sua democracia, é frustrante ver uma diplomata brasileira **na fila do beija-mão do vizinho ditador**

Ainda que seja da tradição diplomática brasileira a neutralidade em relação à política interna de outros países, o caso específico da Venezuela assume outra dimensão: trata-se de apoiar ou rejeitar uma ditadura, de reconhecer ou não um governo ilegítimo, de ficar ao lado de um ditador implacável ou da maioria do povo venezuelano. Não pode haver meio-termo. Uma democracia verdadeira não transige com o autoritarismo, nem internamente nem externamente. Fingir rejeição e mandar apoio oficial é um jogo duplo que ofende a inteligência dos brasileiros e compromete a pretensão do país de assumir uma liderança geopolítica no continente sul-americano.

Conselho Editorial

Marta Gleich

Diretora-executiva de Jornalismo e Esporte e secretária do Conselho Editorial da RBS

contatoconselhoeditorial@gruporbs.com.br



O jornalismo diante do caos da desinformação

Nesta semana, a decisão de Mark Zuckerberg de suspender a checagem de fatos na Meta (dona de Facebook, WhatsApp, Instagram) ligou um alerta. Não se trata de uma mera mudança nas redes sociais: é um passo a mais na desvalorização da verdade e um incentivo à desinformação. O movimento aumenta nossa responsabilidade como jornalistas na defesa da população diante do caos informacional a que todos estamos expostos.

Checar fatos não é uma opção em redações. É um dos alicerces do jornalismo, aprendido no primeiro dia de aula nas faculdades de Comunicação e, em última instância, um dos pilares da democracia. Sem democracia, narrativas falsas ganham ares de verdade e a audiência se torna ainda mais exposta a um oceano de conteúdos produzidos com segundas intenções. Em tempos de radicalização e polarização, a desinformação não é neutra. Está a serviço de manipular opiniões, influenciar eleições, fragilizar instituições e potencializar crises, seja em pandemias, enchentes ou outras calamidades.

O abandono da checagem de fatos é, portanto, um convite à escalada da desinformação e da manipulação. No algoritmo misterioso das redes, o que importa é cada vez mais engajamento do usuário. E, como já referido neste espaço, nada cola mais do que fake news sensacionalistas. Se já vivemos, nos últimos anos, as consequências desastrosas da desinformação, qual será o custo para as comunidades de torná-la ainda mais indetectável?

Nesse contexto, o jornalismo profissional, realizado com método, ganha uma relevância sem precedentes. Enquanto redes sociais priorizam cliques (e somos todos vítimas disso, diariamente), os veículos de comunicação sérios se mantêm fiéis ao método: ouvir todos os lados, contextualizar os fatos, apurar com rigor e responsabilidade. Mais do que informar, cabe ao jornalismo defender sempre a verdade, construir confiança com seu público e se firmar como a alternativa segura diante do abismo da informação de má qualidade.

O fim da checagem na Meta, por enquanto válido apenas para os Estados Unidos, reforça a necessidade de se valorizar a imprensa como aliada da sociedade e guardiã da verdade. Neste mundo cada vez mais sem filtros, o jornalismo segue sendo o que garante a curadoria entre o que é e o que só parece ser.

Eufrázio

Esta coluna contém informação e opinião

Marcelo Rech
rechmarce@gmail.com



O risco do improviso

Dez dias depois, alguém se lembra de algo na posse do prefeito de Porto Alegre, Sebastião Melo, além da sua controversa defesa da liberdade de defender ditaduras? Pois Melo, que tem uma veia de comunicador popular, parece não ter se dado conta de que, no mundo de hoje, ninguém mais presta atenção ao conjunto do discurso – mas apenas a frases curtas, extratos fugazes e, preferencialmente, polêmicos.

Quem fizer uma busca sobre o discurso de Melo vai encontrar tão somente dezenas de menções a sua fala sobre ditaduras – de direita e de esquerda, ressalve-se. Quem não acompanhou a cerimônia ao vivo penou para conhecer a íntegra do discurso na Câmara de Vereadores. Ali, ele falou por 23 minutos, manifestou respeito a diferenças e defendeu a reforma da previdência municipal e a retomada do otimismo em Porto Alegre. Mas tudo que ele conseguiu com seu inútil improviso sobre ditaduras foi ofuscar os temas que, de fato, afetam o futuro dos moradores da cidade.

Com ou sem checagem de fatos no Facebook e no Instagram, políticos veteranos são hoje vítimas de hábitos passados, quando as redes ainda não selecionavam frases – os tais cortes – para amplificar trapalhadas verbais. Em eras pregressas, Lula, como hoje, cometia incontáveis gafes em suas gambiarras verbais, mas pouco se dava atenção. Agora, Lula acha que resolverá o problema de comunicação de seu governo falando mais. Aí é que mora o perigo. Quanto mais fala de improviso, mais ele cai na armadilha dos extratos. Fosse apenas pelo dano a suas imagens, como nos memes de Dilma Rousseff, o problema seria dos políticos. Mas quando Lula larga que o único problema do país é a taxa de juros, só fica registrado seu negacionismo quanto à trajetória insustentável da dívida pública. O dólar explode, a inflação se retroalimenta, os juros futuros empinam e o povo paga a conta da asneira presidencial.

Lula pode se mirar em casa sobre como não se comunicar nos dias atuais. Janja atrapalhou o esforço de visibilidade do G20 no Brasil quando, num impulso adolescente, soltou um "Fuck you, Elon Musk". No fim, foi essa frase que marcou o encontro. Faltou compreensão da liturgia do cargo, como diria José Sarney, mas falta também a muitos que se aventuram no improviso o autocontrole para não avançar o sinal, a menos que isso seja parte de uma tática política.

> Políticos veteranos são hoje **vítimas de hábitos passados,** quando as redes ainda não selecionavam frases

Jair Bolsonaro e, recentemente, Pablo Marçal são os que mais souberam tirar proveito de declarações escandalosas. No caso deles, era estratégia para sair do anonimato, mas essa é sempre uma jogada de risco: Bolsonaro exagerou tanto na dose que a verborragia espalhafatosa ajudou a queimar sua reeleição.

Artigo

Abandono infantil: um problema de todos



Michéle Mansor

Gerente Nacional de Desenvolvimento Programático da Aldeias Infantis SOS

Há muitos anos atuando no terceiro setor, em uma organização que lidera o maior movimento de cuidado do mundo, posso afirmar: nenhuma família quer abandonar suas crianças e jovens. Na maioria das vezes, quando isso ocorre, seja de forma voluntária ou involuntária, foi porque faltou estabilidade econômica, atendimento básico de saúde e educação, acesso a uma educação inclusiva, a um transporte de qualidade, a moradias seguras e dignas. É preciso uma rede para que as famílias em vulnerabilidade consigam se manter estruturadas.

Essa percepção foi confirmada recentemente por um levantamento feito pela Aldeias Infantis SOS Internacional, com base no Relatório Global sobre Cuidado e Proteção Infantil, produzido em parceria com 10 instituições acadêmicas e apresentado na Organização das Nações Unidas, em Nova York. O estudo ouviu 1.137 pessoas e foi conduzido em sete países: Costa do Marfim, Dinamarca, El Salvador, Indonésia, Quênia, Quirguistão e Uruguai.

> **O melhor lugar** para meninos e meninas é junto de suas famílias e cuidadores

O cenário internacional se repete no Brasil e, também, no Rio Grande do Sul. Atuamos há 57 anos em Porto Alegre e o que já era difícil, ficou ainda mais complexo após as enchentes. É preciso garantir que famílias em situação de vulnerabilidade tenham acesso a uma ampla rede de serviços básicos e especializados. Entre eles o apoio psicossocial efetivo, que pode oferecer escuta individualizada e acompanhamento sistemático, e sistemas de proteção integrados e eficazes. Isso tudo vai além do apoio financeiro, passa pela criação de uma estrutura que dê dignidade e afeto às famílias.

A negligência, que muitas vezes gera o abandono de crianças e jovens, também deve ser entendida como uma falta da sociedade e do Estado, a fim de evitar uma indevida e injusta culpabilização sobre as famílias. A falta de serviços sociais e o aumento da pobreza contribuem para violência doméstica, vulnerabilização das famílias, situações de exploração do trabalho infantil e crianças e adolescentes em situação de rua.

Por isso, podemos afirmar que o melhor lugar para meninos e meninas continua sendo junto de suas famílias e cuidadores para que cresçam felizes, protegidos e respeitados.

A colunista Andressa Xavier está de férias e retorna na edição de 18 e 19 de janeiro.

Frases da semana

"Isso é uma prova de que a arte pode durar pela vida, até durante momentos difíceis."

Fernanda Torres
Atriz brasileira faz história ao receber o Globo de Ouro por seu papel em "Ainda Estou Aqui".



"Agora, temos a oportunidade de restaurar a liberdade de expressão, e estou animado para fazer isso."
Mark Zuckerberg
CEO da Meta, dona do Facebook e do Instagram, anunciou que as plataformas deixarão de contar com sistema de checagem de fatos.

"As redes sociais não são terra sem lei."
Alexandre de Moraes
Ministro do Supremo Tribunal Federal, referindo-se à decisão da Meta.

"Sei que é a minha última Copa, então é meu último tiro, minha última chance. Vou fazer de tudo para que a gente possa conseguir."
Neymar
Em entrevista à CNN, atacante brasileiro, de 32 anos, declarou que a Copa do Mundo de 2026 será a última de sua carreira.

"Eu diria que eu sou um amante da democracia."
Luiz Inácio Lula da Silva
Presidente, durante ato em defesa da democracia no aniversário dos ataques de 8 de janeiro.

"Nós vamos mudar o nome do Golfo do México para 'Golfo da América', que nome bonito."
Donald Trump
Presidente eleito dos Estados Unidos fez sugestão durante uma coletiva de imprensa realizada em Mar-a-Lago.

"Obviamente, o Golfo do México é reconhecido pelas Nações Unidas. Mas por que não chamamos (*os Estados Unidos*) de 'América mexicana'? Soa bem, não é?"
Claudia Sheinbaum
Durante coletiva, a presidente do México rebate Donald Trump.

Esta coluna contém informação e opinião

J.R. Guzzo
jrguzzo43@gmail.com



Conteúdo distribuído por Gazeta do Povo Vozes

As redes sociais são o terror das ditaduras

Na escalada para baixo em que vem perdendo o rumo, a compostura e as eleições, a esquerda brasileira e mundial perdeu também a capacidade de operar os circuitos neurológicos que levam ao pensamento racional. Não há mais, sequer, o tráfico de ideias de baixa qualidade. Saem as ideias de qualquer natureza e entra em seu lugar, como ordem suprema, a repetição automática de uma maldição para substituir a ação política: "fascismo".

Não há programa de governo, não há convicções e não há propostas para nada – tudo consiste em repetir que qualquer tipo de oposição aos seus desejos, às suas ideias e às suas conveniências é "fascismo". Como mudaram a definição etimológica da palavra "fascismo", que deixou de designar um movimento político determinado e passou a significar o "mal" absoluto, não se pode mais discordar deles – e esse "deles" inclui tudo, de Lula a Janja, do PT a Alexandre de Moraes. Quem discorda é "fascista" e não tem direito a nada, sobretudo a dizer o que pensa. Ganhar eleições, então, nem pensar.

A reação histérica da esquerda brasileira à decisão da Meta de eliminar os filtros internos de checagem, que vetavam a publicação de postagens consideradas nocivas, é um monumento à consagração do "fascismo" como elixir universal do ideário "progressista" de hoje. A decisão da empresa foi furiosamente excomungada como "fascismo" em último grau – ou, pior ainda, como uso do "poder econômico" para implantar o "fascismo" no mundo inteiro. O que a Meta está dizendo é simplesmente o seguinte: "Aqui não há mais censura interna. Cada um escreve o que quiser". Para a esquerda, isso é fascismo.

As redes sociais, do X de Elon Musk à Meta de Mark Zuckerberg, são hoje o terror das ditaduras em todo o mundo – e, simetricamente, o terror da esquerda. Não é Musk nem Zuckerberg que falam nas redes e não são eles, na verdade, que deixam a esquerda transtornada. Quem fala na internet é a população, e é a vontade bruta da população que cria o pânico no

> **O que a Meta está dizendo é** o seguinte: "Aqui não há mais censura interna. **Cada um escreve o que quiser"**

"campo progressista". O X, o Facebook, o Instagram e todo o resto provam, em tempo real, que a maioria das pessoas não quer o que a esquerda quer – na verdade, quer o contrário.

Em nenhum momento passa pela cabeça da esquerda indagar se não haveria alguma coisa errada em sua fé atual, já que o povo demonstra uma fé oposta nas redes. Sua única reação é gritar: "Fascismo. Não pode. Prende". É por isso que toda eleição é tratada pela esquerda como uma ameaça mortal à democracia. O que eles querem, cada vez mais, é eleição do tipo Venezuela, ou TSE, as únicas que realmente resolvem. Rede social, nesse caso, é fascismo puro.

Artigos

Educação financeira para um melhor 2025



Marcelo Hoffmeister
Diretor de Desenvolvimento e Negócios da Unicred Geração

O início de um ano sempre apresenta inúmeros desafios para os brasileiros. Além de ser tradicionalmente um ponto de partida para novas metas pessoais e aspirações profissionais, janeiro traz não apenas a simbologia de um recomeço, mas também a dificuldade financeira de lidar com as contas que chegam.

Celebrações em família, presentes e viagens de férias podem provocar um impacto considerável nas finanças pessoais. Há também outros gastos recorrentes no período, como o IPTU, o IPVA, a rematrícula e a compra de material escolar. Por isso, é essencial a adoção de um planejamento cuidadoso para atravessar os primeiros meses com equilíbrio financeiro e sem prejudicar o restante do ano.

Enfrentar o "sufoco financeiro" é uma realidade para muitos brasileiros, e não apenas no início de ano. Superar essa situação requer uma abordagem estruturada e de médio ou longo prazo, priorizando pontos como: assumir o controle das finanças, realizar pagamentos por ordem de juros, cortar despesas, renegociar dívidas e buscar aumentar a renda.

Por isso, é essencial ter bons hábitos financeiros, como planejamento e reservas de emergência, assim como a utilização de consórcios e seguros para eventuais necessidades. Todos precisam ter claro que a educação financeira não é nada além de uma busca constante pelo equilíbrio, de como gastar melhor seu dinheiro e investir de maneira assertiva e mais rentável seus recursos.

Para o melhor entendimento da relevância deste tema, o cooperativismo financeiro oferece um apoio inestimável neste sentido. Controle democrático, compromisso socioeconômico e participação igualitária, entre outras premissas essenciais como o atendimento especializado e personalizado, permitem que os cooperados desfrutem de produtos e serviços alinhados às suas necessidades, sem conflitos de interesses e, melhor, educando o próprio bolso.

> **Para o melhor entendimento** do tema, o cooperativismo financeiro oferece um apoio inestimável

Começar 2025 buscando o bem-estar financeiro é um passo consistente na direção da construção de um futuro mais seguro para as famílias.

Artigos devem ter até 2.000 caracteres. Os textos assinados não representam a opinião do Grupo RBS. artigozh@zerohora.com.br

Opinião do leitor

leitor@zerohora.com.br – Instagram e X @gzhdigital – facebook.com/gzhdigital – Opiniões, fotos ou histórias de leitores devem ser endereçadas à seção Leitor com nome, profissão, endereço e telefone. Os textos devem ter, no máximo, 700 caracteres. ZH reserva-se o direito de selecioná-los e resumi-los para publicação.

Emendas parlamentares

Margaret Thatcher dizia: não existe dinheiro público, existe dinheiro arrecadado do orçamento do povo. Então, IPVA e IPTU, se o povo não pagar, tem seu carro recolhido e seu bem penhorado. Imposto de Renda, se o povo não declarar o rendimento correto, será multado e processado pela Receita Federal. O comerciante que não recolher o ICMS no prazo, vender sem nota fiscal, não recolher INSS, será multado e processado pela Fazenda estadual. Então, a pergunta: por que os deputados federais não querem fiscalização, relatórios, destino das emendas parlamentares? São diferentes de nós? O povo brasileiro que paga.

Sérgio A. Lauxen
Aposentado – Carazinho

Ricardo Lewandowski

"É preferível ter a alma dolorida de tanto buscar a tê-la em paz por haver renunciado à procura." Tal pensamento da cultura uruguaia bem simboliza a louvável inquietude do ministro aposentado do STF Ricardo Lewandowski, que, surpreendentemente, abdicou de uma seguramente exitosa carreira como advogado para abraçar a espinhosa função de ministro da Justiça em um país no qual a criminalidade organizada é epidêmica, inclusive com ramificações no Judiciário. Tal exemplo de abnegação e de genuína cidadania deveria servir de inspiração a toda a classe política.

Alberto de Oliveira Kelbert
Aposentado – Porto Alegre

Vaidade

"Vaidade é meu pecado favorito" – Al Pacino em o *Advogado do Diabo*. Lembro do STF no auge de sua vaidade, soberba e arrogância com julgamentos televionados, entrevistas etc... Agora não pode nem dar um passo sem segurança. Adoravam aparecer nas redes, agora... O mundo dá voltas.

Jocemir Souza de Oliveira
Advogado – Santa Maria

ARQUIVO PESSOAL



FOTO DO LEITOR
"Um tico-tico, filhote, ainda sem saber voar, caiu do ninho, justamente sobre a caixinha com alpiste", descreve o aposentado Rudolfo Goldmann, de Farroupilha

Eufrázio

Com a Palavra
Scott Mainwaring

Cientista político e professor da Universidade de Notre Dame, nos EUA, é reconhecido pelos seus estudos sobre a política da América Latina

"Não se pode permitir que pessoas tentem um golpe sem puni-las"

JAY MALLIN, KELLOGG INSTITUTE AND THE UNIVERSITY OF NOTRE DAME, DIVULGAÇÃO



Pesquisador afirma que a direita brasileira se inspirou nas tentativas de Donald Trump de ficar no poder

Para o cientista político Scott Mainwaring, a invasão do Capitólio nos EUA em janeiro de 2021 influenciou os atos violentos em Brasília dois anos mais tarde. Crítico da ideia de anistia aos envolvidos na trama golpista, ele disse não ver risco grande de ruptura democrática no Brasil.

Carlos Rollsing
carlos.rollsing@zerohora.com.br

• Nos Estados Unidos, houve a invasão ao Capitólio em janeiro de 2021. No Brasil, o mesmo ocorreu nas sedes dos três poderes em janeiro de 2023. Há semelhanças nas crises democráticas?

As semelhanças mais importantes estão no fato de que, em primeiro lugar, assumiram a presidência nos dois países pessoas de posições iliberais, com tendências autoritárias fortes. Mais no caso de Jair Bolsonaro do que no de Donald Trump, mas os dois têm traços autoritários que levaram à tentativa de não respeitar o resultado da urna. Em segundo lugar, certamente, a invasão do Capitólio, nos Estados Unidos, em 2021, incidiu no caso brasileiro. O primeiro influenciou o segundo. Não são casos independentes.

• A extrema direita brasileira tem conexões com a alt-right dos Estados Unidos. Seria uma inspiração?

Na ciência política e em sociologia, temos um conceito que é o efeito de demonstração. Você percebe algo que passa no mundo, na tua vizinhança, e esse acontecimento, em outro lugar, influi na perspectiva do que é possível no teu lugar. A direita brasileira percebeu a tentativa de Trump de ficar no poder, e isso teve sua influência (*no 8 de Janeiro*). Não sei até que ponto passou por contatos diretos. Provavelmente, passou mais pelo efeito de demonstração. Você percebe algo que passou nos EUA e pensa: "Isso é possível aqui também".

• A volta de Trump pode influenciar a América Latina?

No caso brasileiro, não sei se a influência vai ser tão forte como em outros países. Como força hegemônica, os EUA exercem um poder na América Latina. Às vezes, para o bem. Às vezes, para o mal. Não podemos descartar a possibilidade de que, se Trump estivesse no poder quando Bolsonaro fez a tentativa de golpe, talvez teria dado certo o esforço de Bolsonaro para ficar no poder. Não acho provável, mas não é descartável. Com Joe Biden no poder, a direita brasileira e os militares entendiam que teria tido consequências negativas para o país se o golpe desse certo.

• A democracia brasileira resistiu à tentativa de golpe. Foi uma demonstração de força ou ela está fragilizada e segue sob risco?

Tendo a pensar que a democracia brasileira não corre grandes riscos no sentido clássico de um golpe abrupto. A resposta de dois atores da democracia brasileira foi muito diferente do que se passou nos EUA. Em primeiro lugar, a resposta judicial foi muito mais agressiva e protetora da democracia. A segunda resposta foi a da direita política, que nos EUA, em boa parte, acolheu a tentativa golpista de Trump. No Brasil, muito poucos aceitaram a tentativa do 8 de Janeiro.

• Mas avalia que a democracia brasileira ainda está fragilizada e sofre riscos?

Corre riscos, mas são mais sutis. Mais sutis em que sentido? As violações cotidianas dos direitos humanos. As violações da polícia, as violações que podem acontecer na região amazônica, contra os protetores dos direitos humanos, os ativistas camponeses. Violações de direitos que não são um golpe militar, mas afetam e degradam a democracia.

• Existe hoje um debate sobre julgar e punir os envolvidos no 8/1, o que tem prevalecido até agora, ou promover anistia em nome da pacificação. Qual o melhor caminho?

A anistia é uma ideia horrível. Você não pode permitir que pessoas façam uma tentativa de um quase golpe sem punir. Um caso interessante nesse sentido foi quando Rafael Caldera, na Venezuela, chegou à presidência pela segunda vez. Isso foi em 1994. Ele anistiou Hugo Chávez. Chávez estava na prisão pela tentativa de golpe em 1992. Se você não pune as pessoas que fazem uma tentativa de golpe, as consequências para a democracia são muito nefastas.

• Na Europa, a crise da democracia parece estar ligada aos efeitos da globalização, à imigração e ao empobrecimento da classe média. Existem semelhanças com o Brasil?

Nos dois casos, Europa e Brasil, há um movimento contra os avanços culturais pós-materiais. Na Europa, isso se reflete sobretudo no ódio contra os imigrantes. A Hungria tem mais semelhanças com o Brasil do que, por exemplo, a Grã-Bretanha. Tanto Bolsonaro quanto Viktor Orbán (*primeiro-ministro húngaro*) rejeitam os avanços dos direitos dos gays, da população transexual e da cultura pós-moderna. E uma boa parte da população também rejeita. Os avanços culturais são polarizantes. Não são mudanças consensuais. É positivo que haja um debate. O que é negativo é, precisamente, o fato de capturar a resposta e a rejeição de uma forma autoritária.

• O Brasil reduziu o desemprego e o PIB deve crescer, mas parece não estar gerando efeito sobre a crise democrática. Só a economia não pacifica mais?

Hoje, existem a fragmentação da mídia e a intensificação da desinformação e da mentira. No passado, a mentira foi muito comum nos regimes autoritários. A mentira existia nos regimes democráticos, mas aumentou muito nos últimos anos. Isso é possível devido à mídia social e à grande fragmentação. Nos EUA, há 30 anos, quatro ou cinco canais ainda dominavam o mercado da mídia. Não é mais o caso. E, no Brasil, se passa a mesma coisa.

• O que seria capaz de revigorar a democracia?

A democracia, para ser bem-sucedida, precisa ser inclusiva em matérias políticas, sociais, culturais e econômicas. A esquerda nos EUA cometeu erros. É preciso inovar, incluir, mas você não pode ser uma vanguarda democrática com posições que a grande maioria da população rejeita. Algumas questões identitárias, como, por exemplo, a expressão latinx (*neologismo neutro para se referir a grupos de latinos e latinas nos EUA em vez de latino*). Foi um conceito bem-intencionado, mas 90% da população latina nos EUA o rejeita. Esse tipo de colocação provoca perplexidade. ■

Eufrázio

ZERO HORA, SÁBADO E DOMINGO, 11 E 12 DE JANEIRO DE 2025

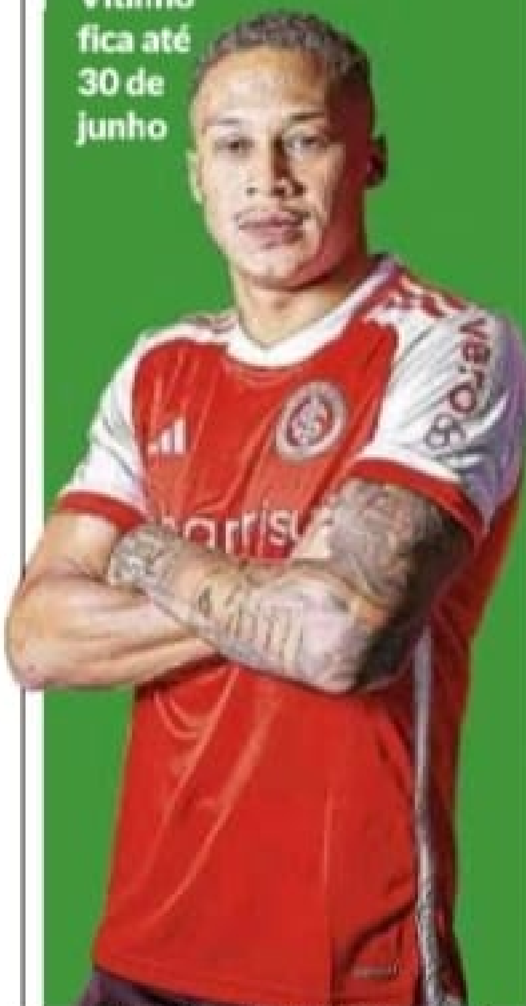
ZH Esportes

Copa SP
Apesar de eliminação, dirigente colorado vê futuro na base
| 25

João Fonseca
Elogiado por ídolos, tenista brasileiro é atração na Austrália
| 26

Inter
Direção anuncia os primeiros reforços e avalia trazer zagueiro
| 24

Vitinho fica até 30 de junho



RICARDO DUARTE, INTER, DIVULGAÇÃO

FOTOS LUCAS UEBEL, GRÊMIO, DIVULGAÇÃO



DNA portenho

Ênfase na parte física e discrição

Grêmio

Gustavo Quinteros começa a dar sua cara ao trabalho no início da pré-temporada do Tricolor, no CT Luiz Carvalho. Treinador indicou que deseja utilizar **Cristaldo e Monsalve no meio-campo** e manter o mesmo esquema tático do ano passado, o 4-2-3-1. **Arezo** pode receber mais uma chance no time após a saída de Soteldo

Marco Souza
marco.souza@zerohora.com.br

Os primeiros dias de Quinteros no Grêmio trouxeram um outro estilo de comando ao dia a dia no CT Luiz Carvalho. Depois de ter Renato Portaluppi em ação nos últimos anos, o argentino começa a dar sua cara ao trabalho no início da pré-temporada do clube. Um estilo que dá protagonismo aos auxiliares, ouve a todos que buscam alguns minutos do técnico, mas que ainda não teve tempo de começar a formatação de um time.

Até a última sexta-feira, as atividades que aconteceram com o grupo de jogadores tiveram mais ênfase da parte física. Quinteros participou de toda a elaboração dos dias de trabalho. Com o primeiro jogo-treino marcado para esta segunda-feira, a comissão técnica deve começar a esboçar um primeiro time titular nos treinamentos deste final de semana. E também passar ao grupo de jogadores quais as ideias táticas para a equipe.

Na condução dos treinamentos, Quinteros adota um estilo mais discreto. O técnico não grita com frequência ou dá sermões nos jogadores após erros. Mas como as primeiras sessões de trabalho tiveram maior ênfase para a parte física, outra marca do trabalho do argentino ainda não foi posta em prática.

Mesmo que os seus auxiliares tenham muita participação no dia a dia de treinos, incluindo o auxiliar permanente do clube James Freitas, Quinteros ainda não comandou uma sessão voltada para as posições dos atletas. Neste modelo, membros da comissão técnica se dividem. Désabato costuma orientar treinos específicos para os defensores, enquanto Maximiliano Quesada fica com a responsabilidade de comandar a atividade para os jogadores do setor ofensivo.

Nas conversas com a direção antes dos treinamentos, Quinteros indicou que deseja utilizar uma formação que não teve sequência no ano passado. O argentino vai experimentar Cristaldo e Monsalve juntos no meio-campo, com um deles mais posicionado para fazer as funções defensivas pelo lado do campo. O esquema de jogo deve ser mantido da última temporada, com o 4-2-3-1.

Nova oportunidade

Mas também não se descarta variações táticas para que jogadores que já estão no clube tenham oportunidades de mostrar seu potencial. É o caso de Arezo, que hoje tem a concorrência de Braithwaite no comando do ataque. Como a saída de Soteldo abriu uma vaga no ataque, e apenas Arezo no grupo tem a característica de ponta, não se descarta uma formação com oportunidades para o uruguaio.

Eufrázio

Argentino divide tarefas com os auxiliares e não é visto gritando com frequência ou dando sermões após erros

O primeiro teste do Grêmio ocorrerá no CT Luiz Carvalho, no turno da tarde, contra o São José. Uma oportunidade para que os jogadores comecem a mostrar em campo as ideias que serão implementadas pela nova comissão técnica. Na próxima sexta-feira, o Avenida virá a Porto Alegre. O clube ainda trabalha para viabilizar um terceiro teste antes da estreia no Gauchão, marcada para o dia 22 contra o Brasil-Pel.

Villasanti treina

Curado do quadro de conjuntivite que o afastou da apresentação do elenco, o volante Villasanti foi integrado aos trabalhos no CT Luiz Carvalho nesta sexta-feira.

Apesar de ter perdido os dois primeiros dias de atividade, o paraguaio participou normalmente do treinamento com bola no gramado, junto do restante do elenco. Assim, os exames clínicos de rotina serão realizados somente na próxima segunda.

A ausência do atleta na abertura da pré-temporada alimentou a especulação de um possível interesse do Palmeiras. Mas a diretoria gremista assegura que não houve sequer uma consulta e que conta com o titular. Com isso, são 27 jogadores participando da pré-temporada gremista.

Clube apresenta novo reforço para a lateral-direita: "Quero ser campeão"

Uma das prioridades para a temporada de 2025, a lateral-direita do Grêmio ganhou um novo jogador nesta sexta-feira. João Lucas, contratado junto ao Santos, foi apresentado pelo Tricolor no CT Luiz Carvalho. Depois de receber a camisa 2 do vice-presidente de futebol, Alexandre Rosatto, o defensor falou sobre o desafio de vestir a camisa gremista no ano.

– Não vejo como pressão, vejo como oportunidade. É uma chance de vestir novamente a camisa de um grande clube, estou mais pronto e preparado para esse desafio. Quero ser campeão aqui também. Me vejo pronto e preparado – frisou.

João Lucas chega para disputar posição com João Pedro, titular do Grêmio nas duas últimas temporadas. A situação não causa preocupação no novo jogador gremista:

– A princípio, com o treinador não tivemos muito contato. Com João Pedro tive bastante contato, mas mais coisas relacionadas ao clube, estrutura e algumas brincadeiras. Não vejo como disputa, vejo como algo natural, que vai somar ao clube. O Grêmio vai ganhar com isso.



João Lucas, que pertencia ao Santos mas estava emprestado ao Juventude, assinou contrato até 2027



O novo lateral se encaixa no perfil solicitado pelo novo técnico Quinteros, que deseja trabalhar com atletas fortes e intensos.

– É o melhor momento para estar aqui. Chego para somar com as minhas características. Espero honrar essas cores e ser feliz aqui – finalizou.

João Lucas assinou contrato até 2027. O atleta pertencia ao Santos, mas estava emprestado ao Juventude na última temporada. Conforme apurado por Zero Hora, os santistas aceitaram uma proposta de R$ 1,7 milhão mais percentuais do meia Thaciano e do atacante Guilherme que ainda pertenciam ao Grêmio.

Cuellar joga 45 minutos, e técnico fala em mudanças após derrota na Arábia

Filipe Duarte
filipe.duarte@zerohora.com.br

O volante Cuellar não viveu uma boa sexta-feira na Arábia Saudita. Na derrota de 3 a 2 do Al-Shabab para o Al-Ahli, pelo campeonato nacional, o colombiano foi substituído no intervalo da partida, quando o placar já estava 2 a 0 para a equipe adversária. Foi a primeira atuação do jogador desde que se tornou pública a negociação com o Grêmio.

Nas redes sociais, a torcida do clube de Riad criticou a atuação do atleta. O técnico turco Fatih Terim, sem citar o nome do volante, não escondeu a insatisfação com o próprio time.

– Durante a minha carreira como treinador, tenho muita experiência, mas nunca vi um jogo como este. Nos primeiros 60 minutos, é verdade que lutamos no jogo, mas podíamos ter sofrido mais de três gols – analisou o treinador, que realizou somente a segunda partida à frente do clube.

Terim também comentou a possibilidade de realizar mudanças no elenco, já que a janela de transferências permanece aberta até o fim de janeiro. A informação, inclusive, é de que o técnico poderia abrir mão de Cuellar para indicar um outro volante estrangeiro.

Na sexta colocação do campeonato saudita, o Al-Shabab vive a expectativa do confronto com o líder Al-Ittihad, pela semifinal da Copa do Rei da Arábia Saudita. O jogo está agendado para ocorrer no início de abril.

Especulado no Boca, Marchesín reconhece "dívida com a torcida"

Enquanto a imprensa argentina coloca Marchesín na pauta do Boca Juniors, o goleiro demonstra estar com a cabeça voltada para o Grêmio. Em entrevista concedida ao canal oficial do Tricolor na quinta-feira, o jogador projetou a temporada de 2025 em Porto Alegre:

– Sabemos o clube que representamos. Como falo sempre, estamos em dívida com a torcida. Então, estamos preparados para fazer uma boa temporada. Vamos começar do zero. Sabemos que a enchente complicou muito o time, mas agora não temos desculpas. É trabalhar, dar o melhor de cada um e preparar bem na pré-temporada para fazer um grande ano.

Ao longo desta semana, o nome do atleta de 36 anos foi apontado como um dos atletas desejados pelo presidente Juan Román Riquelme para substituir o experiente Sergio Romero, que passará por cirurgia no joelho direito.

Sem proposta

A diretoria do Grêmio garante que nenhuma proposta formal ou consulta foi realizada. Além disso, com a liberação de Caíque para o Criciúma, não há o interesse em se desfazer do argentino que tem contrato em vigor até o fim do ano.

Atualmente, o técnico Gustavo Quinteros conta com quatro goleiros no elenco profissional: Marchesín, Adriel, Gabriel Grando e Thiago Beltrame.

Marchesín chegou ao Grêmio no início de 2024, e após um período de desconfiança conquistou a titularidade no Brasileirão do ano passado.

Eufrázio

No radar

Zagueiro volta à pauta colorada

Inter

Direção avalia contratação por empréstimo de Samir, que foi alvo do clube gaúcho no ano passado e está fora dos planos do Tigres, do México. Um **entrave da negociação é o alto salário** recebido pelo jogador, que foi revelado pelo Flamengo e tem passagem por campos da Itália e da Inglaterra

João Praetzel
joao.praetzel@zerohora.com.br

Pedro Petrucci
pedro.petrucci@zerohora.com.br

JULIO CESAR AGUILAR, AFP, BD 21/01/2024



Jogador de 30 anos não atua desde maio e já foi autorizado a buscar novo time

Em busca de mais um zagueiro, o Inter está analisando outra vez a contratação de Samir, formado no Flamengo e vinculado atualmente ao Tigres-MEX. Aos 30 anos, o jogador está afastado do grupo principal do time mexicano, que busca dar novo destino ao jogador e permitiu que seu empresário o negocie com outros clubes.

O defensor chegou em Nuevo León em agosto de 2022. Desde então fez 72 jogos, marcou três gols e deu duas assistências. No entanto, aos poucos, foi perdendo o espaço na equipe. Seu último jogo foi em 10 de maio de 2024, na derrota para o Monterrey-MEX pelo Clausura.

– Acredito que o motivo da saída dele seja mais uma questão de adaptação. Além disso, o elenco do Tigres está junto há um tempo. A questão da hierarquia pesou, principalmente pois o Guido Pizarro, originalmente volante, virou zagueiro. Isso custou para o Samir a vaga no time titular – pontuou Omar Kuri, repórter no portal Esto, do México.

O zagueiro foi elogiado pelo jornalista mexicano:

– É um jogador de boas características, com boa força física e com altura. Soube se adaptar muito bem ao futebol mexicano. É um zagueiro que pode ter um desempenho muito bom.

A transferência de Samir para o Beira-Rio esbarra no alto salário do zagueiro, que não pretende abrir mão dos cerca de US$ 100 mil mensais (R$ 609 mil) que recebe no México. O jogador teria de reduzir a pedida, ou os clubes dividirem os custos durante o empréstimo.

Quem é

- Nome: Samir Caetano de Souza Santos
- Idade: 30 anos (5/12/1994)
- Altura: 1m85cm
- Naturalidade: São João de Meriti (RJ)
- Posição: zagueiro
- Pé preferencial: esquerdo
- Clubes: Flamengo, Hellas Verona, Udinese, Watford e Tigres

Experiência europeia

Samir tornou-se uma dor de cabeça para o Tigres. A diretoria não conta mais com o jogador e tenta negociá-lo para abrir nova vaga para estrangeiros no elenco. Por esta razão, ele não está treinando com o grupo principal.

É a segunda vez que Samir entrou na pauta do Inter. Na metade de 2024, o nome do zagueiro também foi avaliado. Entretanto, o Colorado não avançou na negociação por empréstimo. Recentemente seu nome também foi ligado ao Vasco. Conforme a imprensa mexicana, Samir recusou todas as propostas que recebeu. Revelado pelo Flamengo em 2013, Samir também atuou por clubes do futebol italiano e inglês.

Gurias dão a largada oficial da temporada

O Inter apresentou oficialmente, na sexta-feira, o elenco feminino para a temporada 2025, em evento no Beira-Rio que contou com a presença de reforços. A preparação, iniciada na segunda-feira, tem como foco as principais competições do ano, com a disputa de Brasileirão e Gauchão.

Contratações

Na sala de coletivas do estádio, foi possível observar a presença de 24 jogadoras. Destaque para as 11 contratações anunciadas nos últimos dias e que estão integradas aos trabalhos: as zagueiras Gi Santos, Fefa Lacoste e Leticia Debiasi, as laterais Eskerdinha e Sabrina Kathleen, as volantes Jordana e Julia Bianchi, as meias Mayara Vaz e Rafa Mineira e as atacantes Anny Marabá e Paola.

CONEXÃO DIGITAL
Saiba mais sobre as 11 jogadoras contratadas pelo Inter para 2025





Os primeiros reforços de 2025 são anunciados

O Inter anunciou na sexta-feira os primeiros reforços para a temporada 2025. São eles o atacante Vitinho e o volante Ronaldo.

Aos 25 anos, Vitinho chega ao Beira-Rio por empréstimo até 30 de junho. O acordo segue as diretrizes estabelecidas pela Fifa para atletas que têm vínculo de origem com clubes da Ucrânia.

Revelado pelo Athletico-PR em 2018, após passagens pelas categorias de base de São José-SP e Ferroviária, o jogador pertence ao Dínamo de Kiev desde 2021. Desde então, ele foi emprestado ao próprio time paranaense e depois para o Bragantino, clube do interior paulista que defendeu nas duas últimas temporadas.

Pela equipe de Bragança Paulista, Vitinho somou sete gols e oito assistências em 99 partidas. Na Europa, foi pouco utilizado: foram três gols em 13 jogos. No Athletico-PR, disputou 124 jogos, balançou as redes 19 vezes e deu 12 assistências.

O atacante de 1m81cm chega para compor o elenco colorado. Com a possível saída de Wanderson, o novo reforço do Inter deve ser o reserva imediato de Wesley ao longo da temporada.

Ronaldo

Um dos destaques do Juventude no último Brasileirão, Ronaldo assinou contrato até dezembro de 2026.

Revelado pelo Flamengo, o meio-campista atuou ainda no Atlético-GO, no Bahia e no futebol japonês. Se destacou no ano passado pelo time da Serra após sofrer uma lesão grave e ficar nove meses parado.

O volante de 1m79cm foi contratado por indicação do técnico Roger Machado, com quem trabalhou no Bahia, e irá disputar posição com Fernando e Rômulo.

RICARDO DUARTE, INTER, DIVULGAÇÃO



O atacante Vitinho posou com a camisa colorada no Beira-Rio

Gurizada colorada se despede sem vitória e com ataque zerado

Copa SP

Já eliminado do principal torneio de base do país, Inter empatou em 0 a 0 com o Flamengo-SP na sexta. Dirigente admite surpresa com desempenho, mas aponta frutos do trabalho

RAFAELA FRISON, INTER, DIVULGAÇÃO


Time de Allex (19) deixa torneio sem ter marcado um gol sequer

De forma precoce, o Inter deu adeus à Copa São Paulo de Futebol Júnior após perder as duas primeiras partidas da competição – 1 a 0 para o América de Pedrinhas e 1 a 0 para o Barra-SC. O Colorado ainda empatou com o Flamengo-SP, na sexta-feira, pela última rodada da fase de grupos. O time de Guarulhos avançou à segunda fase como líder do Grupo 29, enquanto o Barra ficou com a segunda vaga no saldo, após empate com o América-SE.

Desde 2015, o Celeiro de Ases não caía tão cedo na competição de base. À época, o formato da Copinha era um pouco diferente. Os primeiros colocados de cada grupo avançavam à próxima fase, mas somente os oito melhores segundos lugares se classificavam.

– Pegou a gente de surpresa. A gente não entra para cair na primeira fase. Somos um dos maiores campeões da competição *(cinco títulos)*. Temos de ver o que aconteceu e evoluir desportivamente – comentou Luiz Caldas Milano Júnior, diretor geral das categorias de base masculinas do Inter.

O dirigente avaliou o trabalho feito no clube:

– No futebol, estamos sempre aprendendo e tendo de fazer algo a mais. O que temos de melhorar é o resultado desportivo. Ficou abaixo e ponto. Não podemos confundir e dizer que o trabalho de base é ruim.

Jogadores promovidos

Neste ano, o Colorado optou por subir sete jogadores da equipe sub-20 para a pré-temporada do elenco profissional do técnico Roger Machado. Além disso, quatro atletas foram convocados para a seleção brasileira da categoria (Henrique Menke, Gustavo Prado, Gabriel Carvalho e Ricardo Mathias).

– Há quanto tempo não tinha sete atletas que subiam e começavam a temporada no profissional? E outros que subiram no ano passado? O trabalho me parece que está em um rumo importante para o clube.



Não podemos esquecer que base é formação, claro que queremos ganhar. Não tenho dúvidas de que o trabalho está ajudando o clube a formar jogadores – completou Milano.

Roger tem observado nos primeiros dias de pré-temporada os meias Yago Noal, Bernardo Jacob, Gustavo Santos, o atacante Marlon, o lateral-esquerdo Pablo e o zagueiro Pedro Kauã. Todos podem ganhar oportunidades nas primeiras rodadas do Gauchão.

São José encara o Santos por vaga na terceira fase

Neste sábado, o Grêmio encerra sua participação no Grupo 21. Já classificado, o sub-20 tricolor encara o Atlético Guaratinguetá, às 13h. Com seis pontos, o time comandado pelo técnico Fabiano Daitx garante a primeira posição da chave com um empate com os donos da casa.

Neste domingo, o São José terá o primeiro confronto eliminatório. Depois de ter avançado em primeiro lugar do Grupo 8, o Zeca encara o Santos no domingo – até o fechamento desta edição, a organização da Copinha não havia divulgada horário e local do jogo. O vencedor avança à terceira fase.

Também classificado em primeiro lugar de sua chave, o Juventude jogará contra o segundo colocado do Grupo 12 (até o fechamento desta edição, a partida entre XV de Jaú x São Paulo, que definiria líder e vice-líder, não havia se encerrado). O dia e o horário do confronto estavam indefinidos até a noite de sexta.


CONEXÃO DIGITAL


"Rumo ao Gauchão", 3º episódio: equipe da RBS se despede da serra gaúcha com presentes

BOLA DIVIDIDA



Leonardo Oliveira

Os mais valiosos

O site 2PlayBook, referência na Espanha em assuntos relacionados à indústria do esporte, trouxe nesta sexta-feira um estudo pelo qual aponta quanto custaria comprar um dos gigantes brasileiros. Baseado em estudo da SportsValue, do consultor paulista Amir Somoggi, a reportagem lista um ranking com os 15 clubes mais valiosos do futebol brasileiro. O líder, claro, é o Flamengo avaliado em US$ 871 milhões, seguido de Palmeiras, US$ 706 milhões, e Corinthians, US$ 661 milhões.

Na eterna disputa Gre-Nal, o Inter ficou à frente no estudo. Ocupa a sexta colocação, avaliado em US$ 451 milhões. O Grêmio está em 10º, avaliado em US$ 328 milhões. O estudo levou em conta ativos correntes, como dinheiro em caixa e investimentos financeiros, e fixos, como estádio, CT, instalações administrativas. No que diz respeito à marca, considerou 20 variáveis, divididas em três grandes grupos: potencial de mercado, potencial esportivo e receitas comerciais. A questão do Grêmio de não ter a gestão da Arena interfere bastante no valor de avaliação do clube.

> **Flamengo** lidera ranking feito por site espanhol. **Inter** está em sexto lugar, e o **Grêmio**, em 10º

Liga única - O site exalta o crescimento econômico do Brasileirão, mas o aponta como um "gigante adormecido", pelo potencial financeiro ainda a ser explorado. A diferença nos modelos de negócios e a dificuldade na divisão de novas receitas acabam por impedir que seu crescimento seja maior. O que só aumenta a necessidade de que se forme a liga única, para negociação conjunta que eleve os ganhos e busca de consenso para uma divisão mais democrática. Mesmo com esses freios, o estudo aponta que os 30 clubes mais valiosos do futebol brasileiro, somados, valiam em 2024 US$ 7,4 bilhões, o que representa crescimento de 24% em relação à cifra de 2023. O crescimento está ligado à soma de instalações próprias, maior investimento em jogadores e revalorização das marcas.

Alerta para a Dupla - Para se ter uma ideia do crescimento dos clubes brasileiros, o Flamengo, se estivesse na Ligue 1 francesa, só ficaria atrás do PSG em valor de avaliação. O 2PlayBook classifica o Brasileirão como a "Premier League brasileira", pela diferença em relação às demais no continente. Porém, ressalva que o crescimento dos investimentos em futebol na MLS, vitaminados pela Copa de 2026, a coloca nos calcanhares da liga brasileira. Usando dados da La Liga Stock Market, de 2024, o site aponta que os seis clubes mais valiosos do Brasileirão (Flamengo, Palmeiras, Corinthians, Atlético-MG, São Paulo e Inter) custam mais do que 17 dos 20 clubes que disputaram a La Liga na temporada passada.

Todos esses números só confirmam o que vemos nas últimas duas janelas de transferências, com os clubes brasileiros investindo pesado. Na última, inclusive, buscando jogadores jovens na Premier League, como fizeram Flamengo e Botafogo, e na MLS. É nesse cenário de bilhões que a Dupla está inserida. Basta ver apenas como vão fazer para ocupar lugar de protagonistas. Se não agirem rapidamente, correm o risco de virar plateia.

Esta coluna contém informação e opinião

leonardo.oliveira@zerohora.com.br
Instagram @o_leonardoliveira

PETER STAPLES, ATP TOUR, DIVULGAÇÃO



Com invencibilidade de 13 partidas no circuito mundial, o carioca é uma das atrações em Melbourne

Chegou a hora do garoto malvadão

Aberto da Austrália

Pela primeira vez desde Guga, um tenista do Brasil chama a atenção da imprensa especializada e até de grandes campeões. Aos 18 anos, **João Fonseca** estreia em Grand Slam

João Praetzel
joao.praetzel@zerohora.com.br

A primeira rodada do Aberto da Austrália marcará um feito incrível para João Fonseca. Aos 18 anos, o tenista fará sua primeira aparição na chave principal de um Grand Slam. Ele entrará em quadra, em data e horário ainda não divulgados até o fechamento desta edição, contra o russo Andrey Rublev, atual número 9 no ranking mundial. Ele se tornou o primeiro jogador sul-americano de 18 anos a alcançar uma chave principal de Grand Slam desde o argentino Juan Martin Del Potro, no Aberto dos EUA de 2006.

O carioca chega a Melbourne como uma das principais promessas do tênis mundial. Nas últimas semanas, foi campeão de dois torneios. São 13 jogos de invencibilidade, oito deles sem perder set algum. Logo em seu segundo ano como tenista profissional, Fonseca já recebeu elogios que tenistas com anos de estradas no circuito profissional nunca foram agraciados.

– É um menino que tem um tênis alegre. A capacidade que tem de gerar velocidade na bola é algo que chama a atenção no mundo todo. É só o começo de uma longa jornada, mas é motivo para termos orgulho – disse Gustavo Kuerten, o Guga, três vezes campeão de Roland Garros, em fevereiro do ano passado em meio à campanha de Fonseca no Rio Open.

Elogios de campeões

Atual número 113 no ranking na ATP, o jovem conquistou em 2023 o US Open juvenil e, na ocasião, tornou-se o número 1 na categoria. Dono de 24 Grands Slams, Novak Djokovic também elogiou o brasileiro.

– Ele joga muito bem. Me lembra o meu jogo – disse Djokovic.

Como armas para vencer os seus adversários, Fonseca aposta muito em seus saques *(tinha 70 aces até o começo da temporada)* e também em seu forehand.

– João é a sensação do circuito masculino. Ele passa uma tranquilidade e uma leveza jogando. É característica de grandes campeões. Ele é um jogador forte fisicamente e mentalmente – analisa Niege Dias, ex-tenista gaúcha número 31 do mundo pela WTA.

Ex-número 1 do mundo, o americano Andy Roddick projeta que o brasileiro deve estar nas primeiras posições do ranking em breve:

– Ele é um cara que você espera ter um número 5 do lado do nome dele em um Grand Slam nos próximos dois ou três anos. Aquele garoto é malvadão. Ele vai ser um problema para muitas pessoas no circuito.

O Aberto da Austrália já entrou para a história do tênis brasileiro. Com o início da chave principal de simples, marcada para este sábado, o torneio terá a presença de três brasileiros e uma brasileira pela primeira vez em toda a era aberta da modalidade. Além de Fonseca, Thiago Monteiro, Thiago Wild e Bia Haddad Maia disputarão o torneio na Oceania. ▬

Os brasileiros em quadra

SÁBADO	
22h10min	Thiago Monteiro x Kei Nishikori
DOMINGO OU SEGUNDA-FEIRA*	
	João Fonseca x Andrey Rublev
	Thiago Wild x Fabian Marozsan
	Bia Haddad x Julia Riera

*Horários a definir

Campeonato Carioca tem início com novidades

Estaduais

Neste sábado terá início um dos principais torneios estaduais do futebol brasileiro: o Campeonato Carioca. Em 2025, 12 clubes disputarão o título. O campeão da temporada será conhecido no dia 9 de março, e os quatro grandes vão usar jogadores de base nas primeiras rodadas.

Em 2025, a Federação de Futebol do Rio de Janeiro (FERJ) anunciou que a espessura da linha de impedimento passou de seis centímetros para 12 centímetros com o objetivo de beneficiar os atacantes. Além disso, o VAR será usado em todas as partidas da competição.

O troféu da competição recebe o nome de Arthur Antunes Coimbra, o Zico, um dos maiores nomes de todos os tempos do futebol brasileiro e maior ídolo da história do Flamengo. O Rubro-Negro, aliás, é o atual campeão e também lidera a disputa por títulos. São 38 taças, contra 31 do Fluminense, 24 do Vasco e 21 do Botafogo. ▬

1ª Rodada

SÁBADO	
16h	Botafogo x Maricá
16h30min	Nova Iguaçu x Vasco
19h	Bangu x Portuguesa
DOMINGO	
16h	Flamengo x Boavista
16h	Madureira x Volta Redonda
19h	Fluminense x Sampaio Corrêa

Hoje na TV

A programação divulgada é de responsabilidade das emissoras e está sujeita a alterações

SÁBADO

RBS TV
(51) 4020-7191 – POA e Região Metropolitana. Demais localidades – 0800 051-6336
13h: Globo Esporte

BAND
16h: Carioca, Botafogo x Maricá

SPORTV
11h: Copa SP, Juventus x Ceará
14h30min: Alemão, Borussia M'gladbach x Bayern
16h30min: Carioca, Nova Iguaçu x Vasco
21h45min: Copa SP, São Bernardo x Flamengo

ESPN
9h15min: Copa da Inglaterra, Liverpool x Accrington Stanley
12h: Copa da Inglaterra, Chelsea x Morecambe
14h45min: Copa da Inglaterra, Manchester City x Salford
17h: Espanhol, Sevilla x Valencia

ESPN 2
12h15min: Espanhol, Valladolid x Betis
18h30min: NFL, Los Angeles Chargers x Houston Texans
22h: NFL, Pittsburgh Steelers x Baltimore Ravens

ESPN 4
11h: Italiano, Udinese x Atalanta
14h: Italiano, Torino x Juventus

DOMINGO

RBS TV
11h10min: Esporte Espetacular

BAND
16h: Carioca, Flamengo x Boavista
21h: Apito Final

TVE
20h30min: No Mundo da Bola

SPORTV
11h30min: Alemão, RB Leipzig x Werder Bremen
19h: Carioca, Fluminense x Sampaio Corrêa-RJ

ESPN
9h30min: Copa da Inglaterra, Tamworth x Tottenham
12h15min: Espanhol, Atlético de Madrid x Osasuna
16h: Supercopa da Espanha, Real Madrid x Barcelona

ESPN 2
12h: Copa da Inglaterra, Newcastle x Bromley
15h: NFL, Denver Broncos x Buffalo Bills
18h30min: NFL, Green Bay Packers x Philadelphia Eagles
22h: NFL, Washington Commanders x Tampa Bay Buccaneers

ESPN 4
11h: Italiano, Venezia x Inter de Milão
14h: Italiano, Bologna x Roma
16h45min: Italiano, Napoli x Hellas Verona

Grupo RBS

ATLÂNTIDA

A CASA DO SOL

Chegou a melhor vibe do verão dando aquele calor no coração. E pra essa estação, tu sabe bem o que não pode faltar:

1. Ir pro litoral e tomar aquele banho de mar
2. Curtir com os amigos na melhor vibe
3. Aproveitar cada segundo
4. Ir no maior festival de música do sul do Brasil: **o Planeta Atlântida**

Porque tudo o que é bom sempre pode melhorar – e o verão com a Atlântida melhora tudo.

SINTONIZE

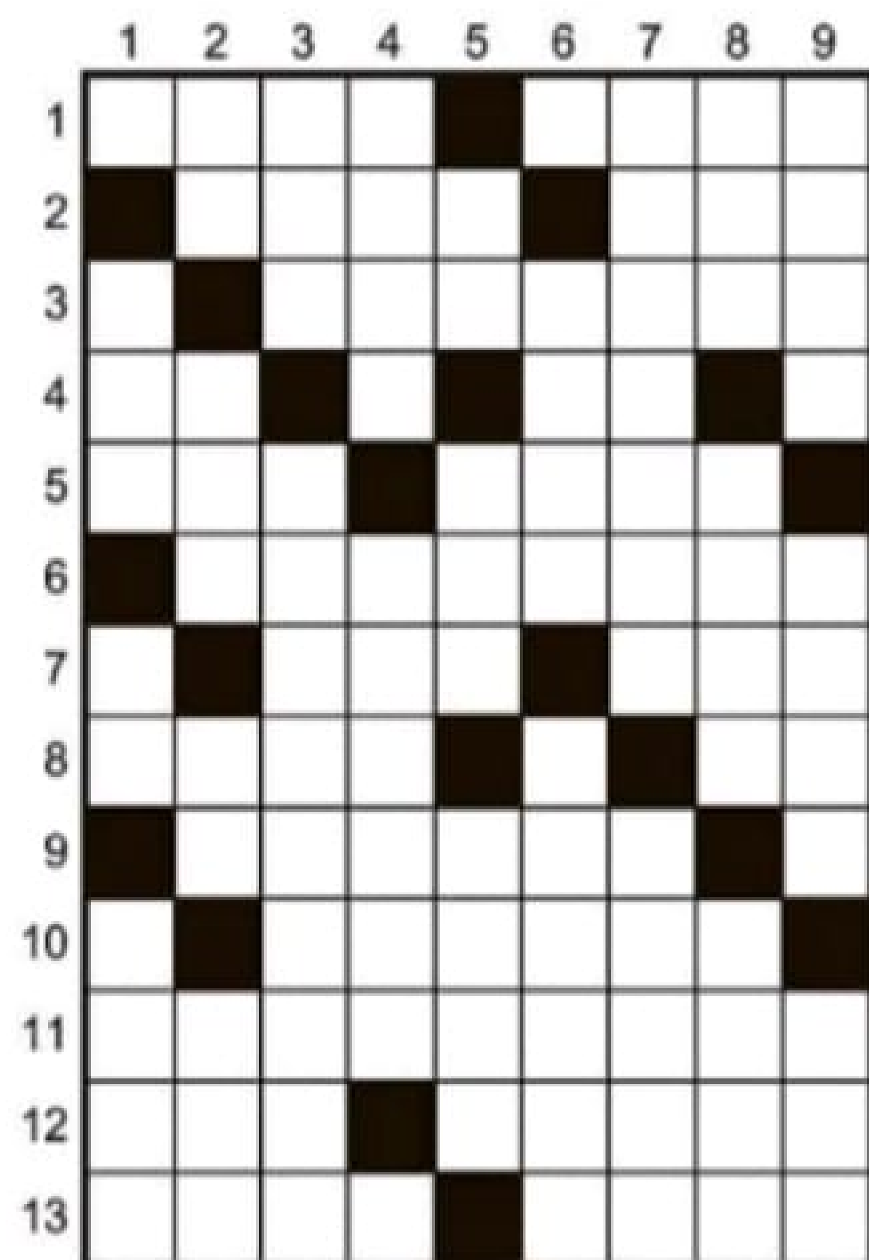
Porto Alegre 94.3 FM	Zona Sul 95.3 FM	Florianópolis 100.9
Caxias do Sul 105.7 FM	Norte Gaúcho 97.1 FM	Chapecó 99.3
Santa Maria 94.3 FM	Beira Mar 104.7 FM	Criciúma 97.3
Santa Cruz 93.3 FM	Blumenau 102.7	Joinville 104.3

atlantida.com.br
@rede_atlantida
Atlântida Fora do Ar
Lives Atlântida



Cruzadas

www.arecreativa.com.br



HORIZONTAIS

1. Os museus são o seu templo / Edifício habitável
2. Sofrer uma queda / Número par
3. Pessoa que, supostamente, prediz o futuro
4. Carta de jogar / Ordem do Mérito
5. Achar graça / Som imitativo da voz do corvo
6. Tornar mais suportável ou aceitável
7. Imposto sobre Operações Financeiras / Pronome possessivo feminino
8. (Gír.) Prisão, cadeia / Lamartine Babo
9. Cresce debaixo do nariz
10. Que foi objeto de transferência a outrem
11. De um período inicial
12. Partida / Reparar em
13. Trabalho manual / Ave semelhante à pomba

VERTICAIS

1. Botequim / Era Contemporânea / Droga extraída da papoula
2. Roberto Carlos / Título honorífico da nobreza britânica / Um dos quatro grupos sanguíneos / Recibo de Depósito Bancário
3. Uma empresa aérea lusitana / Começar de novo
4. Pátio, em algumas fábricas de tecido / O trabalho do moinho
5. Sigla de Rondônia / Caixa Econômica Federal / Invocavam-no os vikings
6. Uma multinacional do ramo automobilístico / Aparelho para transmitir movimento de uma para outra parte
7. Além disso / Promulga-o a autoridade
8. Cada tempo, no jogo de tênis / O primeiro rei de Israel, valoroso guerreiro / De forma elíptica
9. Fortuna adversa / Cauda / O começo da... oração

Solução

HORIZONTAIS: 1. ARTE, CASA. 2. CAIR, DEZ. 3. PROFETA. 4. AS, OM. 5. RIR, CRAS. 6. REMEDIAR. 7. IOF, SUA. 8. CANA, LB. 9. BIGODE. 10. CEDIDO. 11. PRIMITIVO. 12. IDA, NOTAR. 13. OBRA, ROLA.

VERTICAIS: 1. BAR, EC, ÓPIO. 2. RC, SIR, AB, RDB. 3. TAP, REINICIAR. 4. EIRA, MOAGEM. 5. RO, CEF, ODIN. 6. FORD, ADITOR. 7. ADEMAIS, EDITO. 8. SET, SAUL, OVAL. 9. AZAR, RABO, ORA.

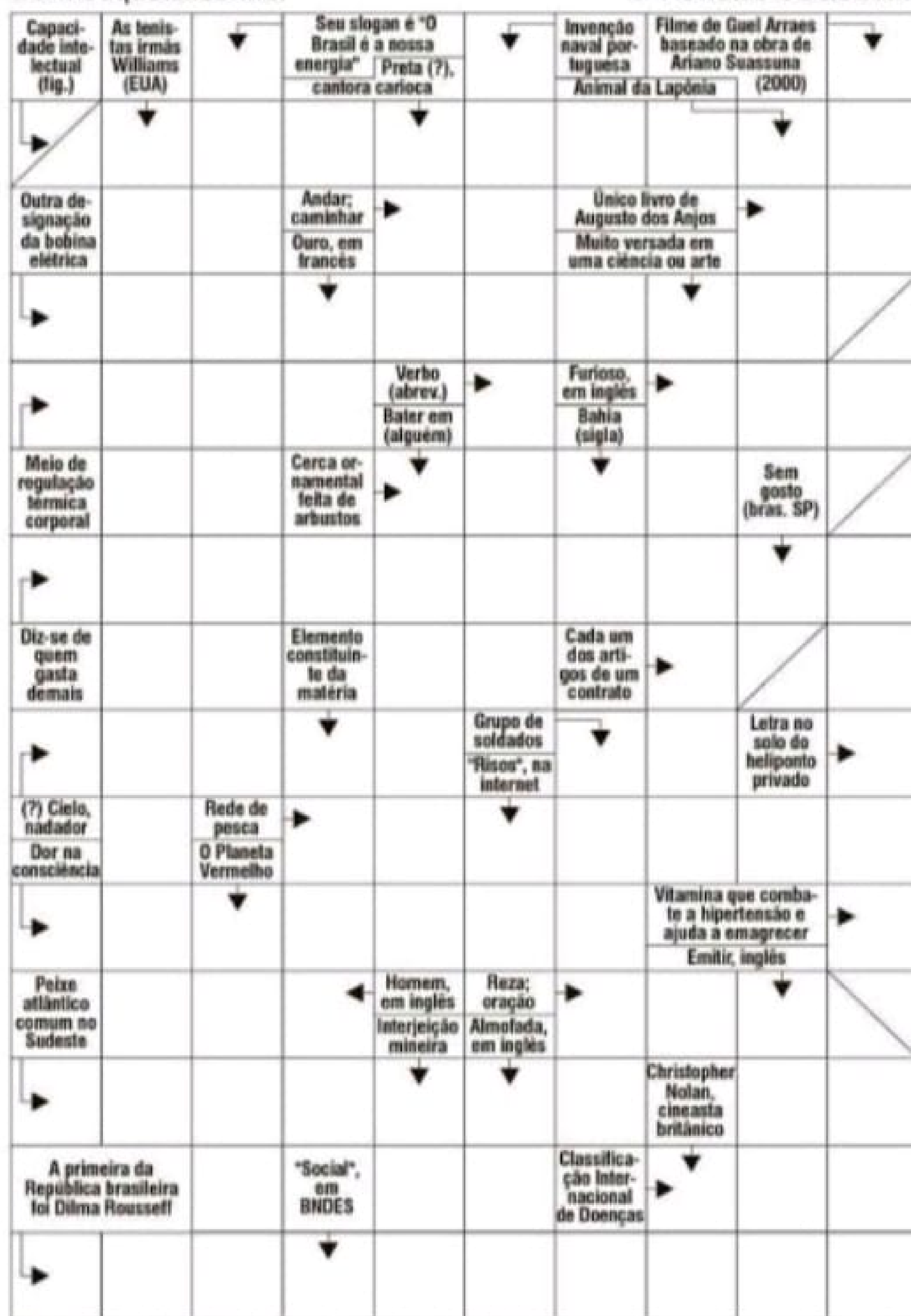

Compre pelo site arecreativa.com.br

ou pelo telefone 0800 035 1422

Palavras cruzadas diretas 1

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

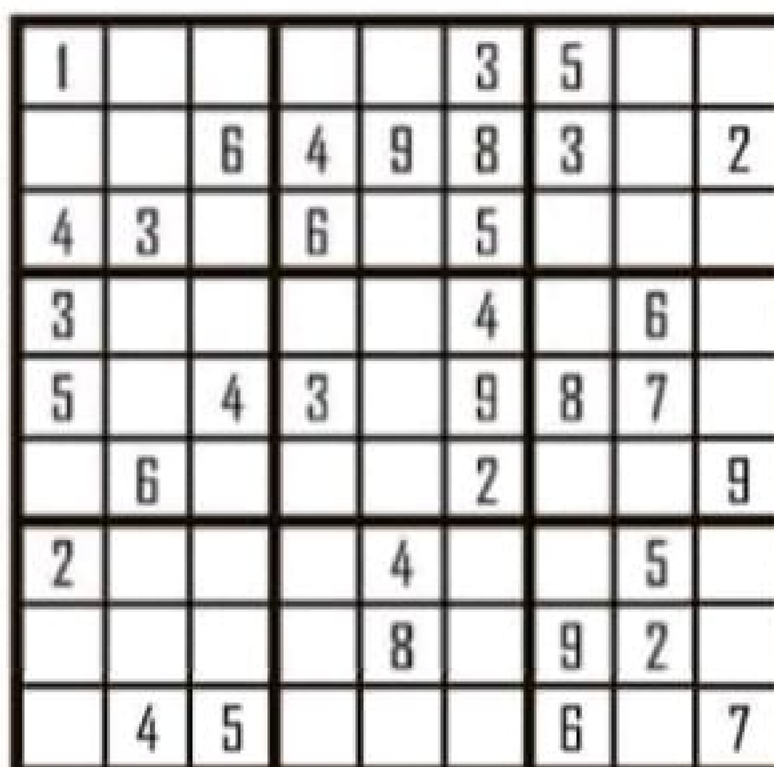


Sudoku

www.arecreativa.com.br

Compre pelo site arecreativa.com.br

ou pelo telefone 0800 035 1422



1					3	5		
		6	4	9	8	3		2
4	3		6		5			
3					4		6	
5		4	3		9	8	7	
	6				2			9
2				4			5	
				8		9	2	
	4	5				6		7

Preencha os espaços vazios com algarismos de 1 a 9. Os algarismos não podem se repetir nas linhas verticais e horizontais nem nos quadrados menores (3x3).

Solução de sexta-feira

5	6	3	7	1	4	8	2	9
9	4	7	5	2	8	6	1	3
8	2	1	9	3	6	7	5	4
7	8	2	4	5	9	3	6	1
3	1	4	2	6	7	5	8	9
6	9	5	3	8	1	4	7	2
4	5	8	6	9	2	1	3	7
2	7	6	1	4	3	8	9	5
1	3	9	8	7	5	2	4	6



CONEXÃO DIGITAL

Baixe o superapp de GZH, clique no ícone de ZH Digital e preencha o sudoku em versão interativa no tablet ou smartphone.

Palavras cruzadas diretas 2

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Filão editorial a que pertencem livros como "O Segredo", de Rhonda Byrne

Sanção econômica dos EUA a Cuba em vigor desde 1962

(?)-5, tipo de caça

Licença concedida pela Prefeitura

Cargo público da cantora Margareth Menezes, em 2023

Defesa antipredatória do bicho-pau

Luz noturna atribuída à combustão de gases oriundos de matéria orgânica

Vogal que indica o masculino

Maior hidrelétrica sul-americana

Inclusive

Priscila (?), atriz baiana

Traje de magistrados

Cervídeo que habita a Escandinávia

Elemento ausente na cidade fantasma

Arma de gaviões e águias (pl.)

Abrir o (?): revelar detalhes (pop.)

Saída, em inglês

O esporte como o bungee jump

Papa-(?): excelente; saboroso

Inscrição gravada na cruz de Cristo

Para (pop.)

O maior planeta

4º filho de Jacó (Bíblia)

Rede, em inglês

Metal que deu origem ao nome da Argentina

Meio astucioso para enganar alguém

Município em Minas Gerais

Caos (?): teria existido antes do Universo

Mente, em inglês

Movimento inicial da capoeira

Preposição essencial à crase

Período em que ocorre a balada

Oswaldo Aranha, diplomata brasileiro

Página da agenda

Dinheiro (pop.)

Serviço de acesso rápido à internet

A maior região brasileira (abrev.)

Letra da roupa do Robin (HQ)

BANCO 3/net. 4/exit — mind — piau. 7/embargo — radical.

29

Solução Cruzadas Diretas 1

Solução Cruzadas Diretas 2





Veja a solução agora mesmo!

O resultado da cruzada 2 será publicado na edição de segunda-feira, mas você tem a opção de conferir ainda hoje no site de ZH. Aponte a câmera do celular para o QR Code e divirta-se

Solução Cruzadas Diretas de sexta-feira







Divirta-se com o Clube do Assinante



CLAUDIA D'MUTTI, DIVULGAÇÃO



20% de desconto

Festival Porto Verão Alegre 2025

• Sócios do Clube do Assinante têm 20% de desconto sobre o valor dos ingressos inteiros para todas as sessões do festival. O número de retirada é limitado em no máximo 10 entradas por compra.

LUIGI VIEIRA, DIVULGAÇÃO



50% de desconto

Gessinger acústico no Araújo Vianna

• Humberto Gessinger se apresenta neste sábado, às 21h, e no domingo, às 20h, no Auditório Araújo Vianna (Av. Osvaldo Aranha, 685). Sócios do Clube e um acompanhante têm 50% de desconto.

WILMORE OLIVEIRA, DIVULGAÇÃO



50% de desconto

Festa Boom Rap recebe Felp 22

• O rapper apresenta seu mais recente álbum, *Melhor Momento Pt. 2*, na próxima quinta-feira, no bar Opinião (Rua José do Patrocínio, 834). Sócios do Clube e um acompanhante têm 50% de desconto.

SIXTEEN STATION PUB, DIVULGAÇÃO



Benefício variável

Noites de rock no Sixteen Station

• Sócios do Clube têm desconto sobre o valor do couvert artístico no Sixteen Station Pub (Av. Benjamin Constant, 747). A agenda do local está disponível em @sixteenstation, no Instagram.

HD SPORTS COMPLEX, DIVULGAÇÃO



10% de desconto

HD Sports Complex

• O complexo poliesportivo oferece aos sócios do Clube 10% de desconto nas locações de quadras de futebol 7 e quadras de areia. Para usar o benefício, apresente o voucher na unidade do parceiro.

RAPHA FELIN, DIVULGAÇÃO



20% de desconto

Para desfrutar ao ar livre

• O Refúgio do Lago, localizado no Parque da Redenção, na Capital, garante 20% de desconto, de segunda a sexta, aos sócios do Clube. Para usar o benefício, apresente o voucher durante o pedido no local.

Loterias

Lotofácil

A Lotofácil sorteou o prêmio estimado em R$ 6 milhões referente ao concurso 3.290.

NÚMEROS SORTEADOS:
- 01 - 04 - 07 - 08 - 11
- 12 - 13 - 14 - 15 - 17
- 18 - 19 - 21 - 24 - 25

Lotomania

A Lotomania sorteou R$ 3,2 milhões referentes ao concurso 2.720.

NÚMEROS SORTEADOS:
- 08 - 15 - 19 - 20 - 27
- 38 - 46 - 48 - 51 - 52
- 56 - 60 - 68 - 69 - 78
- 82 - 84 - 86 - 91 - 99

Quina

O sorteio do concurso 6.628 da Quina teve R$ 1,5 milhão como valor estimado do prêmio.

NÚMEROS SORTEADOS:
33 - 40 - 43 - 48 - 70

Dupla Sena

O sorteio do concurso 2.761 da Dupla Sena teve R$ 4,8 milhões como valor estimado do prêmio. Confira os números sorteados:

PRIMEIRO SORTEIO:
02 - 15 - 17 - 39 - 44 - 45

SEGUNDO SORTEIO:
12 - 13 - 22 - 31 - 39 - 49

Super Sete

O sorteio do concurso 643 da Super Sete teve prêmio estimado em R$ 1,3 milhão.

NÚMEROS SORTEADOS:
Coluna 1: 8
Coluna 2: 7
Coluna 3: 1
Coluna 4: 4
Coluna 5: 4
Coluna 6: 0
Coluna 7: 6

Esta coluna contém informação e opinião



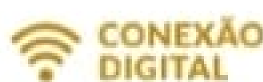
ALMANAQUE GAÚCHO

Leandro Staudt
leandro.staudt@rdgaucha.com.br

com Émerson Santos
emerson.santos@zerohora.com.br

Envie sua colaboração para o e-mail almanaque@zerohora.com.br

Mania nas praias há 20 anos



Conheça outras curiosidades sobre fatos, lugares e pessoas



Quando pisa na areia da praia, o veranista começa a compartilhar fotos e vídeos com familiares e amigos. Pela câmera do telefone celular, mostra se o mar está claro ou chocolatão. Os avós recebem imagens dos netos fazendo castelinho e pulando as ondas. O jeito de curtir a praia mudou nos anos 2000.

Você recorda dos veraneios até os anos 1990? Em outros tempos, as fotos só eram reveladas depois das férias. Lembro-me do lamento pelos filmes que queimavam. As férias ficavam só na memória, sem registro no álbum familiar.

Antes da popularização dos smartphones, as câmeras digitais fizeram a primeira revolução. Elas dispensaram o filme fotográfico. O grande avanço foi a possibilidade de seleção das fotos boas e o descarte das ruins.

No início dos anos 2000, as câmeras digitais invadiram as praias gaúchas. Em janeiro de 2005, há 20 anos, reportagem de Zero Hora mostrou que os equipamentos eram a mania do verão.

Os preços das novas câmeras estavam mais acessíveis. Muitos veranistas usavam a tecnologia pela primeira vez na praia.

Em Capão da Canoa, a aeromoça Ana Cristina France Molino fazia fotos da filha Amanda e dos sobrinhos Luisa e Matheus. As imagens seriam compartilhadas pelo e-mail com pessoas em várias cidades.

O envio das imagens não era instantâneo como hoje por WhatsApp ou outro aplicativo. As fotos precisavam ser baixadas no computador. Pelo e-mail, eram enviadas para amigos e familiares.

Nos primeiros anos, ainda imprimi muitas fotos da câmera digital. Com o tempo, as impressões ficaram cada vez mais raras.

Não faz tanto tempo assim que as câmeras digitais viraram mania, mas para os jovens da geração do smartphone pode parecer pré-história.

ADRIANA FRANCIOSI, BD, 03/01/2005



Família na orla de Capão da Canoa em 2005

Dia 11 na história

- No ano de 1890, nasce o escritor e dramaturgo Oswald de Andrade.
- Em 1985 se inicia, no Rio de Janeiro, a primeira edição do Rock in Rio. Foram 10 dias de shows em que tocaram bandas como Queen, Iron Maiden, AC/DC e Ozzy Osbourne.

Dia 12 na história

- No ano de 1913, nasce o escritor e cronista brasileiro Rubem Braga.
- Nasce, em 1963, o cantor, compositor e produtor musical brasileiro Nando Reis.
- Em 1976, morre a escritora britânica Agatha Christie.

Dia 11 é

Dia do Controle da Poluição por Agrotóxicos

Dia 12 é

Dia do Empresário de Contabilidade

Previsão do tempo

Rio Grande do Sul

O fim de semana será de tempo instável em parte do RS. No sábado, a chuva se espalha pelo interior do Estado. À tarde, as pancadas se concentram sobre as Missões, parte dos Vales e na Serra. No domingo, a previsão é de chuva sobre áreas do Norte, de maneira mais localizada. Na faixa litorânea, chove de fraca a moderada intensidade.

Previsão para Porto Alegre

Hoje	
0%	Probabilidade de chuva no dia
Manhã	Poucas nuvens 19°/22°
Tarde	Nublado 23°/30°
Noite	Nublado 25°/30°

Dia	Tempo	Mín./Máx.	Chuva
Domingo	Nublado	18°/29°	0%
Segunda	Poucas nuvens	18°/28°	0%
Terça	Poucas nuvens	19°/31°	0%

Faixas de temperatura (°C)
Referentes às máximas previstas para hoje
5° 10° 15° 20° 25° 30° 35° 40°







CLIMATEMPO

Eufrázio

Horóscopo

ÁRIES - 21/3 a 20/4
Enquanto nossa humanidade continuar tratando as emoções como subprodutos que não mereceriam valor, continuará também tentando ser algo que ela não é. As emoções existem porque cumprem uma função vital.

TOURO - 21/4 a 20/5
As pessoas ficam unidas temporariamente, porque o normal é que cada uma pense quase exclusivamente em si e muito pouco no bem comum. Por isso, os momentos fugazes de união precisam ser aproveitados ao máximo.

GÊMEOS - 21/5 a 20/6
É da sua natureza tentar encontrar explicação racional para tudo que acontece e para cada manobra que tem intenção de dar; porém, a vida não se ajusta necessariamente a essa racionalidade, porque ela também é passional.

CÂNCER - 21/6 a 21/7
Quando as ideias apaixonam, estão certas, sem importar o que representem. Quando as ideias são puramente racionais, podem até estar certas, mas, ao serem levadas à prática, não produzem resultados que emocionem.

LEÃO - 22/7 a 22/8
Por mais que o ser humano tente se convencer de que é um animal racional, não costuma se comportar como tal, mas como animal selvagem, que segue desejos, se convencendo de estes serem instintos.

VIRGEM - 23/8 a 22/9
É bom ouvir palavras motivadoras, mas precisam ser verdadeiras, porque, se forem aquelas que servem para empurrar as pessoas a fazer algo que ninguém em seu são juízo se atreveria, então é melhor rever tudo.

LIBRA - 23/9 a 22/10
As regras são maravilhosas, porque ordenam a realidade e deixam a alma segura para transitar pelo destino. Porém, há momentos em que é necessário transgredir as regras, porque, de outra forma, não se criaria nada novo.

ESCORPIÃO - 23/10 a 21/11
Há ideias e ideias, porque, enquanto umas evocam o raciocínio que calcula e envolve interesses práticos, outras fazem o coração arder de vontade de realizá-las; e, por esse impulso, nenhum cálculo é feito, apenas ação.

SAGITÁRIO - 22/11 a 21/12
As emoções não mentem, porque a alma não é capaz de fingir que não sente o que sente. Quando a emoção toma conta das vísceras, o pensamento racional se curva a elas e perde sua voz e você, a compostura.

CAPRICÓRNIO - 22/12 a 20/1
No fim, todo mundo faz o que quer, se não de imediato, no mínimo depois de um tempo, porque ninguém abre mão de seus desejos de graça; as pessoas cobram às outras os sacrifícios que fazem. Não há desinteresse.

AQUÁRIO - 21/1 a 19/2
Seria melhor sempre envolver todas as emoções em cada manobra que faz, mas em geral a mente racional toma as rédeas e tenta seguir passos calculados, os quais, apesar de bons, não dão os resultados esperados.

PEIXES - 20/2 a 20/3
Sempre haverá necessidade de calcular custos e de envolver interesses; porém, a prioridade nem sempre será essa, porque há momentos na vida em que é preciso mandar os cálculos ao inferno e agir com o coração.

Gilmar Fraga

gilmar.fraga@zerohora.com.br



Esta coluna contém informação e opinião

Carpinejar
fabriciocarpinejar@gmail.com



Efeito dos drones

Os amigos estão com a mania de se casar longe, de preferência numa praia paradisíaca no Nordeste.

Em vez de uma lua de mel sozinhos, querem levar todo mundo junto. Mas não é isso. Quem dera que fosse altruísmo. É uma maneira educada de enxugamento pessoal, de contenção de recursos, para não serem incriminados ao deixar alguém de fora da lista.

Como o casal não tem como chamar a relação completa de seus conhecidos e parentes, e bancar uma festa para centenas de comensais, realiza uma triagem financeira. Só vai quem reúne condições, quem consegue pagar hospedagem e translado.

Assim ninguém se sente excluído. No máximo, alguns se verão discriminados.

Ostentação e economia se misturam.

O pomo da discórdia é que o povo não deseja mais um matrimônio na igreja do bairro, com o padre do bairro, no mesmo lugar em que o pai e a mãe fizeram seus votos, naquela proximidade pacífica de aldeia. Agora só cobiça locações edênicas. Prioriza o drone: a vista de cima de uma cerimônia em uma praia da Bahia ou de Pernambuco, com os pés descalços na areia e os noivos de branco pulando sete ondas da sorte.

Tudo já é minuciosamente calculado para o vídeo que será postado nas redes sociais.

A gravação determina a realidade, não o contrário.

> A gravação determina a realidade, não o contrário. **O altar virou set cinematográfico**

O altar virou set cinematográfico. Perdeu a espontaneidade das gafes familiares. Parece uma longa encenação controlada, jamais algo acontecendo naquele exato instante.

Se há uma adoração pelas imagens aéreas, bem que o par poderia ter escolhido uma chácara no interior ou uma tenda no Litoral Norte. Seria possível chegar facilmente de carro e ratear combustível.

Só que o status prevalece. O casal compra a ideia romântica de ilha da fantasia, distante do lar.

Danem-se os convidados. A preocupação com a produção, com a manicure, com o cabelo torna-se insignificante perto de fazer a bagagem para cumprir os dias de cerimônia. Você não vai a um casamento com hora para começar e terminar, passa a frequentar todos os seus preparativos. Deve estar na véspera e no pós da festa.

Existe um transbordamento de exigências e expectativas. A cobrança pela imagem é maior, com a preocupação dos figurinos do café da manhã ao jantar. Um videomaker acompanhará os seus passos, suspiros, bocejos e risadas.

Você terá que antecipar o pacote de férias da família por alguns dias. Será obrigado a lidar com prejuízo. Saudade do tempo em que você gastava apenas com o presente e com a roupa da ocasião. Agora você precisa se dar de presente.

Se não comparecer, ficará na cara que está na pindaíba. Ainda será malfalado, como quem não alcançou prosperidade na vida, quem não desfruta de estabilidade.

Se comparecer, entrará na forca de gastos, pois será convocado para a festa não com tanta antecedência, amargando bilhetes aéreos em cima do laço por cifras galopantes.

No momento de se casar, pense na situação dos seus amigos. Tenha compaixão com quem está casado. ▬

CADERNO ZH2

ZERO HORA,
SÁBADO E DOMINGO,
11 E 12 DE JANEIRO DE 2025

Juliana Bublitz
A crueldade do etarismo contra as mulheres | 2

Ticiano Osório
Estreia o consagrado filme sobre a tensão no Irã | 6

Litoral Norte
Uma madrugada com Gabriel Zaparolli, o caçador de cometas | 8



MARES FILMES, DIVULGAÇÃO

DUDA FORTES



A pintura em arco ogival tem cerca de 1m50cm de largura por 2m de altura e apresenta degradação de desbotamento e descolamento

Restauro

Um patrimônio chamado Locatelli



Da década de 1950

Na Capela de Nossa Senhora, pertencente ao Colégio Anchieta e aberta em 1953, uma pintura mural do artista ítalo-brasileiro, embora tombada pelo Patrimônio de Porto Alegre, é pouco conhecida pela população. Agora, a obra e o lugar que a abriga, no bairro Pedra Redonda, passarão por restauros

André Malinoski
andre.malinoski@zerohora.com.br

Em meio ao verde e ao silêncio do Morro do Sabiá, no bairro Pedra Redonda, uma antiga capela abriga uma obra de arte esquecida no tempo. Trata-se de uma pintura mural de Aldo Locatelli, datada de 1953 e situada dentro da Capela de Nossa Senhora, pertencente ao Colégio Anchieta. Representa a mãe de Jesus Cristo circundada por 10 pessoas, sendo uma das figuras o próprio filho do pintor, Roberto Locatelli, na época com três anos de idade.

A pintura é reconhecida e tombada como patrimônio histórico pelo município de Porto Alegre. Agora será restaurada, enquanto a capela passará por melhorias.

O tempo estimado da obra será de oito a 10 meses, com custo de R$ 820 mil

– Essa pintura do Locatelli foi feita em pouquíssimo tempo e representa Nossa Senhora. Ela não tem título, como de Lourdes, da Assunção, da Conceição. É simplesmente terrena – contextualiza o arquiteto da equipe responsável pela restauração, Lucas Volpatto.

A iniciativa foi contemplada no final de 2024 pela Lei de Incentivo à Cultura. A capela, que não é tombada, nem inventariada, passará por reforma. O Colégio Anchieta investe no projeto e ajudará no que não estiver contemplado pela legislação. O tempo estimado da obra será de oito a 10 meses, e o projeto está orçado em R$ 820 mil, sendo R$ 63 mil para a restauração da pintura.

História

A história da pintura remonta aos tempos do padre Henrique Pauquet. Em 1950, o religioso idealizou uma área próxima ao Guaíba para construir um espaço de lazer destinado a alunos, familiares, ex-alunos, jesuítas e funcionários. O padre teria se encontrado com o pintor Aldo Locatelli em algum momento dos anos 1950.

– A capela conecta-se profundamente com a Pedagogia Inaciana, refletindo a metodologia de ensinar a pensar com excelência – reflete o diretor acadêmico do Colégio Anchieta, professor Dário Schneider.

Família

O engenheiro aposentado Roberto Locatelli, 74 anos, morador de São Paulo, é o filho retratado no mural. Ele não recorda do momento em que serviu como modelo, mas acredita que a pintura deveria estar à disposição da visitação pública:

– É uma obra privada, sim, mas é um patrimônio que ele deixou não só para o Colégio Anchieta, mas para a cidade. Então, deveria ser estimulada a visitação de colégios, de estudantes de arte.

A advogada aposentada Cristiana Locatelli, 72, filha mais nova de Locatelli que vive desde 1979 em Rio Branco, capital do Acre, confirma que era uma característica do pai retratar ela, o irmão e outros familiares em alguns trabalhos. E ela não esconde o orgulho pelo legado do pintor:

– Meu pai era um gênio para conseguir passar para a tela o realismo que ele conseguia passar. É uma coisa que me deixa muito impactada.

CONEXÃO DIGITAL
Mais fotos e detalhes do mural de Locatelli no QR code ao lado



Esta coluna contém informação e opinião



360 GRAUS

Juliana Bublitz
juliana.bublitz@zerohora.com.br

Instagram
@ju_bublitz

Demi Moore e a crueldade do etarismo

A noite do último domingo foi dela: Fernanda Torres conquistou o público (e emocionou o Brasil) ao vencer o Globo de Ouro de melhor atriz em filme dramático. Mas foi, também, de uma outra grande atriz, que nos últimos anos vinha sendo preterida pela indústria do cinema por um motivo inacreditável: a idade.

Envelhecer, meu amigo, minha amiga, é cruel especialmente para as mulheres. Cinquentões grisalhos costumam ser vistos como "charmosos", "maduros" e "sexies". A versão feminina é bem diferente: "desleixada" e "velha" são apenas alguns dos adjetivos usados para defini-las, caso não correspondam aos padrões esperados.

Se já é difícil passar da barreira dos 50 anos para nós, reles mortais, imagine para quem vive da imagem. É o caso de Demi Moore. Quando a atriz mundialmente conhecida pela doce (e jovem) personagem de *Ghost* (1990) amadureceu, foi deixada de lado.

Roteiro insano

Demi contou que vivia um momento pessoal ruim quando o roteiro de *A Substância*, da diretora francesa Coralie Fargeat, foi parar em sua mesa. Ela estava em baixa e sem perspectivas. Além de tudo, seguia sendo vista em Hollywood como uma "atriz menor", de filmes divertidos, mas rasos.

Até que foi fisgada por aquele roteiro insano e entendeu a mensagem. O filme conta a história de uma mulher famosa (estrela de um popular programa de ginástica na TV) que se submete a um procedimento misterioso (e dilacerante) para rejuvenescer.

No fundo, o que está em discussão na tela são temas como o culto à juventude, a obsessão pela beleza e os sentimentos de obsolescência e inadequação sentidos, em especial, pelas mulheres. Bingo.

– O universo me disse que eu ainda não havia terminado – recordou Demi, em sua fala durante a premiação em Los Angeles.

Somos suficientes

Ela aceitou o papel, fez uma atuação brilhante e profunda e, aos 62 anos, se consagrou no Globo de Ouro (lado a lado com Fernanda, a quem abraçou), com o primeiro grande prêmio de sua trajetória.

Quando parecia impossível, ela deu uma surra no etarismo.

Em seu discurso, a atriz desabafou sobre os rótulos que ganhou e os preconceitos que enfrentou ao longo da carreira. Disse que o filme e sua vitória eram um recado para as mulheres que acreditam que nunca são "inteligentes o suficiente, ou bonitas o suficiente, ou magras o suficiente, ou bem-sucedidas o suficiente, ou basicamente não o suficiente".

– Hoje, finalmente, me sinto eu mesma – concluiu Demi Moore, falando por si e por todas nós.

> Se já é difícil passar dos 50 anos para nós, reles mortais, imagine para quem **vive da imagem**

ROBYN BECK, AFP



A atriz, consagrada no Globo de Ouro do domingo passado, por sua atuação em "A Substância"



Além de Demi Moore e Fernanda Torres, outras atrizes 50+ arrasaram no Globo de Ouro: Viola Davis (59), Cate Blanchett (55), Nicole Kidman (57), Tilda Swinton (64). Kate Winslet e Angelina Jolie, com 49, também.

01 ARTE

O Nascimento de Vênus, de Botticelli

Obra-prima renascentista assinada por Sandro Botticelli (que viveu entre os anos de 1445 e 1510 na Itália), a pintura *O Nascimento de Vênus* é considerada, não por menos, uma das mais belas já produzidas no mundo.

O quadro está em exibição na Galleria degli Uffizi, em Florença, onde atrai o interesse de multidões, a exemplo do que ocorre com a *Mona Lisa*, de Leonardo Da Vinci, no Museu do Louvre, em Paris, na França.

Pintada no século 15 (tem mais de 500 anos!), a tela teria sido encomendada por um membro da família Médici (que tinha banqueiros conhecidos por patrocinar artistas) e retrata Vênus, a deusa do amor e da beleza, emergindo do mar em uma concha.

Com o passar dos anos, a obra virou, entre outras simbologias, uma representação idealizada da beleza feminina clássica.

GIORGIOMORARA, STOCK.ADOBE.COM



02

Efeito Brasil

Só podia: a mobilização do Brasil nas redes sociais por Fernanda Torres fez o Globo de Ouro bater recorde. No site do evento, os organizadores destacaram um salto de 124% no engajamento em relação à edição de 2024, superando inclusive o Oscar. Só o post da vitória de Fernanda teve quase 3 milhões de curtidas.

> "Toda mulher é meio **Leila Diniz**."

Rita Lee

Na canção Todas as Mulheres do Mundo, do álbum 16, de 1993. Leila Diniz (1945-1972) foi uma atriz que desafiou padrões. Grávida, ela decidiu ir à praia de biquíni e não cobrir a barriga, chocando a sociedade na época.

CULTURA VELHOFÓBICA

A antropóloga Mirian Goldenberg, autora de *A Invenção de uma Bela Velhice*, vem alertando para os perigos da cultura velhofóbica. A gente só muda isso se parar de ver apenas doença e feiura na velhice.

Eufrázio

Ministério da Cultura e PETROBRAS apresentam **Porto Verão Alegre**

VISTA PORTO DE ALEGRIA!

Há 26 anos, o Porto Verão Alegre transforma a capital gaúcha em palco.

São mais de **170 espetáculos em 20 espaços culturais**, celebrando a arte, a cultura e o verão como só o festival sabe fazer.

09 de jan. a 16 de fev.



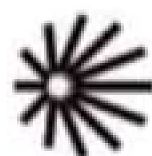
Confira a programação completa:



Ou acesse: ***portoveraoalegre.com.br***

Livre para todos os públicos.

Fotografia: Isadora Quintana



Produção  

Gana&Voga

Patrocínio Gold  banrisul vero

Patrocínio Master  PETROBRAS

Realização MINISTÉRIO DA CULTURA

GOVERNO FEDERAL BRASIL UNIÃO E RECONSTRUÇÃO

Diversão e Arte

Música

Gessinger em dose dupla

Humberto Gessinger (*à dir.*), apresenta, sábado e domingo, às 21h, no Auditório Araújo Vianna, a turnê *Acústicos Engenheiros do Hawaii*. Ingressos em sympla.com.br.



LUIGI VIEIRA, DIVULGAÇÃO

Música (II)

Violão e flauta na Ecarta Musical

O show *Ortácio em Duo* será apresentado às 18h de sábado, com entrada franca, pelo compositor João Ortácio e o multi-instrumentista Dudu Morlin (*à dir.*), na Ecarta.



RAFAEL BAUER, DIVULGAÇÃO

Música (III)

Sábado de samba na Zona Norte

Mesclando clássicos do samba com composições atuais, o projeto Que Samba é Esse, João? será apresentado neste sábado, às 19h, na Villa Rica (Av. Assis Brasil, 4.145). Entrada franca.

Primeiro filme estrelado por Chico Bento está em cartaz

Cinema

Um dos personagens mais queridos dos quadrinhos brasileiros ganha vida em *Chico Bento e a Goiabeira Maraviósa*, uma das estreias da semana nas salas de cinema. O filme dirigido por Fernando Fraiha apresenta o personagem em uma aventura solo. A trama se passa no dia em que Chico descobre que o coronel Dotô Agripino e seu filho Genesinho têm um plano de inaugurar uma estrada que derrubaria a goiabeira do fazendeiro rabugento Nhô Lau. Desesperado pela possível perda, ele reúne seus amigos Zé Lelé, Rosinha, Zé da Roça, Tábata, Hiro e toda a comunidade para acabar com o projeto da família de Genesinho e Dotô Agripino.

O longa-metragem expande o universo cinematográfico da *Turma da Mônica*, iniciado com *Laços* (2019) e continuado com *Lições* (2021), apresentando novos personagens criados pelos desenhos de Maurício de Sousa.

Revelação

No filme, Chico Bento é interpretado pelo jovem Isaac Amendoim, ator de 11 anos que já era conhecido nas redes sociais como influenciador mirim mas que faz sua estreia cinematográfica. Com mais de 3,7 milhões de seguidores, Isaac compartilha seu dia a dia apaixonado pela sua vida no campo e na natureza. Natural de Cana Verde (MG), ele grava e publica seus vídeos desde os seis anos.

Sua semelhança com o personagem chamou a atenção do público, além de ter encantado o próprio Maurício de Sousa, que foi quem deu a notícia para o ator sobre sua seleção para o papel. Chico Bento, o personagem, é ele próprio um típico caipira, carismático em sua inocência e descobertas enquanto anda descalço e usa chapéu de palha na região do sítio em que vive com os pais, Seu Bento e Dona Cotinha, no interior de São Paulo.

A obra também tem, no elenco, os atores Luis Lobianco, Augusto Madeira, Pedro Dantas, Enzo Henrique e Débora Falabella. Confira as salas e os horários de exibição no roteiro de cinema na página ao lado.

FABIO BRAGA, DIA#02



Isaac Amendoim, como "Chico Bento" em novo filme

Festival

O primeiro fim de semana do Porto Verão Alegre 2025

A 26ª edição do festival Porto Verão Alegre começou na última quinta-feira e segue na capital gaúcha até 16 de fevereiro em diversos teatros da cidade. Na primeira edição pós-enchente de 2024, o evento busca contribuir com a cena artística, que foi prejudicada pela paralisação de atividades durante a cheia. Neste fim de semana, podem ser assistidos sete espetáculos. Serão apresentados musicais, peças teatrais, de dança e stand-up.

Os horários das atrações podem ser conferidos na página ao lado, no roteiro de ZH. Os ingressos estão à venda em ingressos.portoveraoalegre.com.br. Sócios do Clube do Assinante têm 20% de desconto sobre o valor dos ingressos inteiros para todas as sessões do festival.

HENRIQUE GONÇALVES, DIVULGAÇÃO



"As Aventuras de João, a Princesa e o Tapete Voador"

Documentário

O vocalista do BTS na intimidade

Está em cartaz nos cinemas o documentário *RM: Right People, Wrong Place*, sobre o vocalista e líder da banda de pop sul-coreano (k-pop) BTS, RM, ou Kim Namjoon. O longa-metragem, que chegou na quinta-feira ao circuito, conta o processo criativo que originou o álbum *Right Place, Wrong Person*, lançado em 2024. Trata-se do segundo disco solo de RM, que neste filme compartilha com os fãs sua intimidade e as inquietações deste momento marcante em sua carreira.

HYBE, DIVULGAÇÃO



RM, ou Kim Namjoon, lançou seu segundo disco solo em 2024

Música

Quinze anos de Festival Divina Comédia

O Festival Divina Comédia 15 Anos de Rock começa neste domingo, a partir das 17h, com entrada gratuita, no bar homônimo (Rua da República, 649 – Cidade Baixa). O evento, que se tornou tradição na Capital, celebra o aniversário da casa, ativa desde 2010. Dez bandas têm show confirmado ao longo da noite, tocando trabalhos autorais e também tributos a clássicos do rock'n'roll. A festa terá prosseguimento no domingo seguinte, dia 19, no mesmo horário.

Eufrázio

Divirta-se

Programação fornecida pelos exibidores e sujeita a alterações.
roteiro@zerohora.com.br / cinema@zerohora.com.br

Cinema

ESTREIAS

A SEMENTE DO FRUTO SAGRADO
Suspense, 16 anos. De Mohammad Rasoulof. França, Alemanha e Irã, 2024, 167 min. Juiz luta contra a paranoia em meio à agitação política. Com Soheila Golestani e Missagh Zareh.
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIA LEGENDADA
Cinesystem Bourbon Country 1 (20h45)

BABY
Drama, 16 anos. De Marcelo Caetano. Brasil, 2024, 106 min. Após deixar centro de detenção, jovem aprende novas formas de sobrevivência. Com João Pedro Mariano e Ricardo Teodoro.
SÁBADO E DOMINGO
Cinesystem Bourbon Country 4 (16h45, 21h45)
GNC Moinhos 4 (18h40)
Sala Eduardo Hirtz (19h15)

BABYGIRL
Suspense, 18 anos. De Halina Reijn. Estados Unidos e Países Baixos, 2024, 114 min. Executiva coloca a carreira e a família em risco quando começa um caso com seu estagiário. Com Nicole Kidman e Harris Dickinson.
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIA DUBLADA
Cinemark Wallig 4 (18h20)
CÓPIAS LEGENDADAS
Cinemark Barra 8 (13h50, 16h30, 19h20, 22h)
Cinemark Wallig 4 (21h20)
Cinesystem Bourbon Country 2 (19h, 21h20)
GNC Praia de Belas 5 (21h45)
GNC Moinhos 3 (13h50, 18h50, 21h10)
GNC Iguatemi 2 (21h50)

CHICO BENTO E A GOIABEIRA MARAVIÓSA
Comédia, livre. De Fernando Fraiha. Brasil, 2024, 90 min. Chico Bento e sua turma tentam salvar goiabeira. Com Isaac Amendoim e Taís Araujo.
SÁBADO E DOMINGO
Cineflix Total 4 (14h10)
Cineflix Total 5 (13h30, 15h50, 18h10)
Cinemark Barra 3 (12h35, 18h05)
Cinemark Barra 5 (12h, 14h40, 17h20, 20h)
Cinemark Barra 8 (11h30)
Cinemark Ipiranga 1 (12h, 14h40, 17h20, 20h)
Cinemark Wallig 1 (11h30, 14h, 16h20, 18h40, 21h)
Cinemark Wallig 5 (12h, 14h40, 17h20, 20h)
Cinesystem Bourbon Country 3 (13h, 15h10, 17h20, 19h30)
Cinesystem Bourbon Country 7 (14h10)
Cinépolis João Pessoa 2 (12h30, 14h50, 17h10, 19h30)
GNC Praia de Belas 5 (13h15, 15h20, 17h30, 19h40)
GNC Iguatemi 3 (13h35, 15h40, 17h50, 19h55)

MEU BOLO FAVORITO
Drama romântico, 12 anos. De Maryam Moghadam e Behtash Sanaeeha. Irã, França, Suécia e Alemanha, 2024, 97 min. Senhora solitária decide reviver sua vida amorosa. Com Lili Farhadpour e Esmaeel Mehrabi.
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIAS LEGENDADAS
GNC Moinhos 1 (21h50)
Sala Paulo Amorim (19h)

RM: RIGHT PEOPLE - WRONG PLACE
Documentário, 10 anos. De Lee Seokjun. Coreia do Sul, 2024, 80 min. Filme sobre líder do BTS, RM.
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIAS LEGENDADAS
Cinemark Barra 3 (15h)
Cinemark Ipiranga 4 (15h)
Cinépolis João Pessoa 4 (19h)
GNC Iguatemi 2 (19h30)

EM CARTAZ

AINDA ESTOU AQUI
Drama, 14 anos. De Walter Salles. Brasil, 2024, 136 min. Baseado no livro de Marcelo Rubens Paiva sobre o desaparecimento de seu pai durante a ditadura e o impacto na vida familiar. Com Fernanda Torres e Selton Mello.
SÁBADO E DOMINGO
Cineflix Total 3 (21h20)
Cineflix Total 5 (20h30)
Cinemark Barra 3 (20h50)
Cinemark Ipiranga 3 (21h)
Cinesystem Bourbon Country 4 (19h)
GNC Praia de Belas 4 (18h30, 21h)
GNC Moinhos 1 (19h15)
GNC Moinhos 2 (13h40, 16h20, 19h, 21h40)
GNC Iguatemi 1 (18h35)
GNC Iguatemi 5 (22h)

COMO GANHAR MILHÕES ANTES QUE A AVÓ MORRA
Drama, 10 anos. De Pat Boonnitipat. Tailândia, 2024, 135 min. Jovem movido pelo desejo de uma herança multimilionária começa a cuidar de sua avó. Com Putthipong Assaratanakul e Usha Seamkhum.
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIA LEGENDADA
Sala Paulo Amorim (14h30)

HISTÓRIAS QUE É MELHOR NÃO CONTAR
Comédia dramática, 14 anos. De Cesc Gay. Espanha, 2024, 100 min. Cinco contos de situações embaraçosas do dia a dia. Com Anna Castillo e Chino Darín.
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIA LEGENDADA
Sala Eduardo Hirtz (17h15)

INTERESTELAR
Ficção Científica, 10 anos. De Christopher Nolan. EUA, Reino Unido e Canadá, 2014, 169 min. Exploradores viajam no espaço para tentar garantir a sobrevivência da humanidade. Com Matthew McConaughey e Anne Hathaway.
SÁBADO
CÓPIA LEGENDADA
Cinemark Barra 4 (17h, 20h30)
DOMINGO
CÓPIA LEGENDADA
Cinemark Barra 4 (20h30)
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIAS DUBLADAS
Cinemark Ipiranga 2 (20h30)
Cinemark Ipiranga 5 (18h30)
CÓPIAS LEGENDADAS
Cinemark Wallig 8 (13h20, 17h, 20h30)
Cinesystem Bourbon Country 6 (20h30)
GNC Praia de Belas 2 (20h45)
GNC Moinhos 4 (20h50)
GNC Iguatemi 1 (21h10)

MARCELLO MIO
Comédia, 14 anos. De Christophe Honoré. França e Itália, 2024, 120 min. Atriz começa a viver como o pai. Com Chiara Mastroianni e Catherine Deneuve.
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIA LEGENDADA
Sala Eduardo Hirtz (15h)

MOANA 2
Animação, livre. De David G. Derrick Jr., Jason Hand, Dana Ledoux Miller. EUA, Canadá, 2024, 100 min. Sequência da história da aventureira Moana.
SÁBADO
CÓPIA DUBLADA
GNC Praia 6 (14h20, 16h45)
DOMINGO
CÓPIA DUBLADA
GNC Praia de Belas 3 (14h20, 16h45)
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIAS DUBLADAS
Cineflix Total 4 (16h35, 18h45)
Cinépolis João Pessoa 4 (12h, 14h15)
Cinesystem Bourbon Country 6 (13h)
GNC Iguatemi 2 (13h, 15h)

MUFASA: O REI LEÃO
Fantasia, 10 anos. De Berry Jenkins. EUA, 2024, 120 min. Filhote perdido e sozinho parte em uma jornada transformadora.
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIA DUBLADA 3D
Cineflix Total 2 (14h)
Cinemark Barra 7 (17h35)
GNC Praia de Belas 1 (19h)
GNC Iguatemi 4 (18h30)
GNC Iguatemi 6 (16h30)
CÓPIAS DUBLADAS
Cineflix Total 2 (16h30, 19h, 21h30)
Cinemark Barra 5 (22h20)
Cinemark Barra 7 (11h40, 14h25, 21h05)
Cinemark Ipiranga 4 (12h15, 17h15, 20h15)
Cinemark Wallig 4 (12h50, 15h35)
Cinépolis João Pessoa 4 (16h30)
Cinesystem Bourbon Country 2 (14h, 16h30)
GNC Praia de Belas 1 (14h, 16h30, 21h25)
GNC Praia de Belas 2 (13h20, 15h45, 18h20)
GNC Moinhos 4 (13h30, 16h)
GNC Iguatemi 4 (13h25, 16h, 21h)
GNC Iguatemi 6 (19h)

NOSFERATU
Horror, 16 anos. De Robert Eggers. EUA, Reino Unido e Hungria, 2024, 132 min. Jovem é perseguida por um vampiro. Com Nicholas Hoult e Lily-Rose Deep.
SÁBADO
CÓPIAS DUBLADAS
GNC Praia de Belas 3 (22h)
GNC Praia de Belas 6 (18h50)
CÓPIAS LEGENDADAS
GNC Praia de Belas 6 (21h10)
DOMINGO
CÓPIAS DUBLADAS
GNC Praia de Belas 3 (18h50)
GNC Praia de Belas 6 (22h)
CÓPIAS LEGENDADAS
GNC Praia de Belas 3 (21h10)
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIAS DUBLADAS
Cinemark Ipiranga 5 (22h)
Cinemark Wallig 2 (16h10, 19h10)
Cinépolis João Pessoa 4 (21h)
GNC Iguatemi 3 (21h55)
CÓPIAS LEGENDADAS
Cineflix Total 4 (20h55)
Cinemark Barra 2 (15h20, 18h20, 21h20)
Cinemark Barra 6 (22h15)
Cinemark Wallig 2 (22h05)
Cinemark Wallig 5 (22h20)
Cinesystem Bourbon Country 6 (15h10, 17h45)
Cinesystem Bourbon Country 7 (20h45)
GNC Iguatemi 2 (17h)
GNC Iguatemi 6 (21h30)

O AUTO DA COMPADECIDA 2
Comédia, 12 anos. De Guel Arraes. Brasil, 2024. 113 min. João Grilo e Chicó retomam 25 anos depois da sua última aventura. Com Selton Mello e Matheus Nachtergaele.
SÁBADO E DOMINGO
Cineflix Total 3 (13h50, 16h20, 18h50)
Cinemark Barra 1 (21h40)
Cinemark Barra 2 (12h40)
Cinemark Ipiranga 2 (11h30, 17h40)
Cinépolis João Pessoa 3 (18h, 20h30)
Cinesystem Bourbon Country 1 (13h40, 16h, 18h20)
Cinesystem Bourbon Country 3 (21h35)
GNC Praia de Belas 4 (13h40, 16h)
GNC Moinhos 1 (14h15, 16h40)
GNC Iguatemi 1 (13h50, 16h15)

QUEER
Drama, 16 anos. De Luca Guadagnino. EUA e Itália, 2024, 138 min. Encontro de um expatriado e um ex-soldado de meia-idade. Com Daniel Craig e Daan de Wit.
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIA LEGENDADA
GNC Moinhos 3 (16h10)

SONIC 3: O FILME
Ação, 10 anos. De Jeff Fowler. Estados Unidos, 2024, 110 min. O ouriço azul retorna para se tornar um verdadeiro herói. Com Jim Carrey e Keanu Reeves.
SÁBADO
CÓPIAS DUBLADAS
Cinemark Barra 4 (13h)
GNC Praia de Belas 3 (13h10, 15h25, 17h40, 19h50)
DOMINGO
CÓPIAS DUBLADAS
Cinemark Barra 4 (12h15, 14h50, 17h55)
GNC Praia de Belas 6 (13h10, 15h25, 17h40, 19h50)
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIAS DUBLADAS
Cineflix Total 1 (13h40, 16h, 18h20, 20h40)
Cinépolis João Pessoa 1 (11h30, 13h50, 16h20, 18h45, 21h15)
Cinemark Barra 1 (11h, 13h30, 16h10, 18h45)
Cinemark Barra 6 (11h35, 14h10, 16h45, 19h45)
Cinemark Ipiranga 2 (14h20)
Cinemark Ipiranga 3 (12h40, 15h15, 18h15)
Cinemark Ipiranga 5 (11h, 13h30, 16h)
Cinemark Wallig 2 (11h, 13h35)
Cinemark Wallig 3 (12h20, 15h, 17h40, 20h15)
Cinépolis João Pessoa 3 (13h, 15h30)
Cinesystem Bourbon Country 4 (14h30)
Cinesystem Bourbon Country 7 (16h15, 18h30)
GNC Iguatemi 5 (13h10, 15h25, 17h40, 19h50)
GNC Iguatemi 6 (14h10)

TUDO QUE IMAGINAMOS COMO LUZ
Drama, 14 anos. De Payal Kapadia. Índia, França e outros, 2024, 120 min. Mulheres que trabalham em hospital enfrentam situações. Com Kani Kusruti e Divya Prabha.
SÁBADO E DOMINGO
CÓPIA LEGENDADA
Sala Paulo Amorim (16h45)

ESPECIAL

CINEPSIQUIATRIA
GNC Praia de Belas 6: no **sábado**, às 10h30, *Ainda Estou Aqui*.

CONEXÃO DIGITAL
Acesse o QR code ao lado para assistir aos trailers dos filmes



Porto Verão Alegre

AS AVENTURAS DE JOÃO, A PRINCESA E O TAPETE VOADOR
De maneira lúdica e com canções inéditas, espetáculo infantil trabalha a importância das diferenças.
Teatro Carlos Carvalho na Casa de Cultura Mario Quintana (Rua dos Andradas, 736). Ingressos a R$ 30 (meia-entrada) e R$ 60 (inteiro), via portoveraoalegre.com.br. **Sábado** e **domingo**, às 17h.

BÊNÇÃO POETINHA
Show literomusical utiliza canções, textos e poemas de Vinicius de Moraes para falar de amor e exaltar a vida.
Auditório do Goethe-Institut Porto Alegre (Rua 24 de Outubro, 112). Ingressos a R$ 30 (meia-entrada) e R$ 60 (inteiro), via portoveraoalegre.com.br. 20% de desconto para sócios do Clube do Assinante. **Sábado**, às 19h30.

COMER, MATAR E MORRER
Revistando o gênero nonsense, montagem é composta de quatro peças curtas extraídas da dramaturgia brasileira contemporânea.
Teatro Bruno Kiefer na Casa de Cultura Mario Quintana (Rua dos Andradas, 736). Ingressos a R$ 30 (meia-entrada) e R$ 60 (inteiro), via portoveraoalegre.com.br. 20% de desconto para sócios do Clube do Assinante. **Sábado** e **domingo** (sessão com audiodescrição em Libras), às 20h.

DEPOIS DESSA, YEMANJÁ ME AFUNDA!
Show da humorista Nelly Coelho traz uma visão ácida sobre as religiões.
Teatro do Sesc Alberto Bins (Av. Alberto Bins, 665). Ingressos a R$ 30 (meia-entrada) e R$ 60 (inteiro), via portoveraoalegre.com.br. 20% de desconto para sócios do Clube do Assinante. **Domingo**, às 19h.

NEI LISBOA
Músico apresenta repertório que revisita seus 45 anos de estrada.
Theatro São Pedro (Praça Marechal Deodoro, s/nº). Ingressos a R$ 30 (meia-entrada) e R$ 60 (inteiro), via portoveraoalegre.com.br. **Sábado**, às 20h.

PONTE FLAMENCA
Espetáculo de dança flamenca da Cia. de Arte La Negra Ana Medeiros.
Centro Histórico-Cultural Santa Casa (Av. Independência, 75). Ingressos a R$ 30 (meia-entrada) e R$ 60 (inteiro), via portoveraoalegre.com.br. **Sábado**, às 20h, e **domingo**, às 19h.

PRETA NO BRANCO O SHOW
Espetáculo utiliza do humor para abordar problemáticas atuais como racismo, homofobia e machismo.
Teatro do Sesc Alberto Bins (Av. Alberto Bins, 665). Ingressos a R$ 30 (meia-entrada) e R$ 60 (inteiro), via portoveraoalegre.com.br. 20% de desconto para sócios do Clube do Assinante.
Sábado, às 19h.

Música

BAIÃO DE CORDEL
Em edição especial, banda apresenta o espetáculo *Doutro Canto - Um Espetáculo Único no Sul do Brasil!*
Espaço 512 (Rua João Alfredo, 512). Ingressos a R$ 10 (meia-entrada) e R$ 20 (inteiro), via plataforma Sympla, com taxas, e a R$ 30, no local. **Domingo**, às 21h.

BANDA RIFFMAKER
Músicos interpretam clássicos do rock internacional.
Divina Comédia Pub (Rua da República, 649). Ingressos esgotados. **Sábado**, às 23h30.

FESTIVAL DIVINA COMÉDIA 15 ANOS DE ROCK
Evento reúne 10 bandas.
Divina Comédia Pub (Rua da República, 649). **Domingo**, a partir das 18h. Também haverá apresentações no dia 19/1.

GRUPO PEGA ESSA
Músicos conduzem noite de pagode.
Boteco Exportação (Rua General Lima e Silva, 898). Ingressos a R$ 20, no local. **Sábado**, às 20h30.

GRUPO RDS + SAMBA TCHÊ
Grupos dividem o palco em noite de samba e pagode.
Boteco Exportação (Rua General Lima e Silva, 898). Ingressos a R$ 20, no local. **Sábado**, às 20h30.

HUMBERTO GESSINGER
Show da turnê *Acústicos Engenheiros do Hawaii*.
Auditório Araújo Vianna (Av. Osvaldo Aranha, 685). Ingressos para **sábado**, às 21h, a partir de R$ 140 (meia-entrada), R$ 150 (solidário, mediante doação de 1kg de alimento não perecível no local) e R$ 280 (inteiro). Para **domingo**, às 20h, a partir de R$ 145 (meia-entrada), R$ 150 (solidário, mediante doação de 1kg de alimento não perecível no local) e R$ 290 (inteiro). As compras podem ser feitas via plataforma Sympla, com taxas. Sócios do Clube do Assinante e um acompanhante têm 50% de desconto.

MARCIO PHILOMENA, GILI LOPES E KIKO FREITAS
Instrumentistas apresentam show de jazz.
Espaço 373 (Rua Comendador Coruja, 373). Ingressos a partir de R$ 60 (democrático), via plataforma Sympla, com taxas. **Sábado**, às 21h.

NERLING
Noite de MPB.
Parangolé Bar (Rua Lima e Silva, 240). Ingressos a R$ 20 no local. **Sábado**, às 20h.

NINA NICOLAIEWSKY & LUCAS CARAM
Músicos apresentam o show *Até Passar*.
Café Fon Fon (Rua Vieira de Castro, 22). Ingressos a R$ 40, via plataforma Sympla, com taxas. **Domingo**, às 20h.

ORTÁCIO EM DUO
GRÁTIS
Músicos interpretam composições originais, além de parcerias suas, no projeto Ecarta Musical.
Fundação Ecarta (Av. João Pessoa, 943). **Sábado**, às 18h.

QUE SAMBA É ESSE, JOÃO
Projeto mescla clássicos do samba com composições atuais.
Villa Rica (Av. Assis Brasil, 4.145). **Sábado**, às 19h.

Infantil

A PEQUENA SEREIA
Adaptação do filme da Disney.
Teatro Zé Rodrigues no Shopping Praia de Belas (Av. Praia de Belas, 1.181). Ingressos a R$ 35 (meia-entrada) e R$ 70 (inteiro), via zapto.com.br. Sócios do Clube do Assinante e um acompanhante têm 50% de desconto. **Sábados** e **domingos**, às 16h. Até 26/1.

O MÁGICO DE OZ
Montagem baseada na obra de L. Frank Baum.
Teatro Zé Rodrigues no Shopping Praia de Belas (Av. Praia de Belas, 1.181). Ingressos a R$ 30 (meia-entrada) e R$ 60 (inteiro), via zapto.com.br. Sócios do Clube do Assinante e um acompanhante têm 50% de desconto. **Sábado** e **domingo**, às 17h30.

Exposições

A BRUTA DELICADEZA
GRÁTIS
Mostra coletiva composta por esculturas, pinturas, instalações e objetos explora o contraste entre a delicadeza e a aspereza.
Espaço Marilene Bertoncheli na Casa de Cultura Mario Quintana (Rua dos Andradas, 736). De **terça** a **domingo**, das 10h às 20h. Até 9/3.

A POÉTICA DE TUNGA
GRÁTIS
Mostra reúne 60 obras bidimensionais de diferentes fases de Tunga, além de esculturas do acervo do Instituto Ling. Curadoria: Paulo Sergio Duarte.
Instituto Ling (Rua João Caetano, 440). De **segunda** a **sábado**, das 10h30 às 20h. Até 8/3.

DO ATELIÊ DE DANÚBIO
GRÁTIS
Exposição em homenagem a Danúbio Gonçalves faz um resgate do ateliê do artista. Curadoria: Daisy Viola.
Galeria e Espaço Cultural Duque (Rua Duque de Caxias, 649). De **segunda** a **sexta**, das 10h às 18h, e **sábado**, das 10h às 17h. Até 28/2.

GIGANTES DA CULTURA TCHECA
GRÁTIS
Mostra destaca a vida e a obra de artistas e escritores da República Tcheca como Franz Kafka e Francis Pelichek.
Biblioteca Pública do Estado (Rua Riachuelo, 1.190). De **segunda** a **sexta**, das 10h às 18h, e **sábado**, das 10h às 17h. Até 28/2.

MISTURA
GRÁTIS
Mostra composta por obras pertencentes ao acervo da galeria conta com nomes como Alfredo Volpi, Iberê Camargo, Burle Marx, Tarsila do Amaral e Salvador Dalí.
Galeria e Espaço Cultural Duque (Rua Duque de Caxias, 649). De **segunda** a **sexta**, das 10h às 18h, e **sábado**, das 10h às 17h. Até 28/2.

MODELAR O INVISÍVEL
GRÁTIS
Exposição apresenta peças escultóricas do artista Elias Maroso.
Galeria Maria Lídia Magliani e **Jardim Lutzenberger, ambos localizados na Casa de Cultura Mario Quintana** (Rua dos Andradas, 736). De **terça** a **domingo**, das 10h às 20h. Até 5/3.

POST SCRIPTUM - UM MUSEU COMO MEMÓRIA
GRÁTIS
Mostra narra a jornada enfrentada pelo Margs durante a enchente de maio.
Museu de Arte do Rio Grande do Sul (Praça da Alfândega, s/nº). De terça a domingo, das 10h às 19h. Até 9/3.

RE DESENHO
GRÁTIS
Coletiva reúne os trabalhos de Adriana Leiria, Daniela Meine, Suzana Albano e Tatiana Migowski, onde as artistas exploram a tridimensionalidade das linhas.
Galeria e Espaço Cultural Duque (Rua Duque de Caxias, 649). De **segunda** a **sexta**, das 10h às 18h, e **sábado**, das 10h às 17h. Até 28/2.

STREET EXPO PHOTO
GRÁTIS
Na sua sétima edição, mostra reúne o trabalho de 77 fotógrafos provenientes de 12 Estados brasileiros, Portugal e Países Baixos.
Píer da Usina do Gasômetro (Av. Presidente João Goulart, 551). Visitação **diária**, 24h. Até 28/2.

TERRITÓRIO DAS ÁGUAS
Exposição apresenta pinturas, desenhos e textos nos quais Iberê Camargo explora a temática das águas. Também estão expostas sete paisagens de Maria Coussirat Camargo, esposa do pintor.
Fundação Iberê Camargo (Av. Padre Cacique, 2.000). Nas **quintas**, o museu tem entrada franca. De **sexta** a **domingo**, a R$ 20 (individual) e R$ 30 (duas pessoas), via plataforma Sympla, com taxas. O local funciona das 14h às 18h. Até 23/2.

VERACIDADE
GRÁTIS
Coletiva destaca obras de mais de 30 fotógrafos gaúchos.
Gravura Galeria de Arte (Rua Corte Real, 647). De **segunda** a **sexta**, das 9h30 às 18h30, e **sábado**, das 9h30 às 13h30. Até **sábado**.

Grande PoA e Interior

AVANI STEIN E SEUS TEMPOS
GRÁTIS
Exposição traz uma retrospectiva da atuação da artista ao longo das últimas cinco décadas.
Casa dos Rosa no Museu Municipal Parque dos Rosa (Av. Victor Barreto, 2.186) em **Canoas**. De **segunda** a **sexta**, das 9h às 18h, e **sábado**, das 14h às 18h. Até março de 2025.

Esta coluna contém informação e opinião

PARA VER



Ticiano Osório
ticiano.osorio@zerohora.com.br

Instagram e Facebook
@ticianoosorio
facebook.com/ticiano.osorio



NEON, DIVULGAÇÃO

Setareh Maleki em cena do filme escrito e dirigido por Mohammad Rasoulof e falado em persa

"A Semente do Fruto Sagrado", que estreou nos cinemas neste fim de semana, pode ser um dos rivais de "Ainda Estou Aqui" no Oscar 2025 de melhor filme internacional. Academia de Hollywood anuncia no dia 19 os cinco indicados

Filmaço sobre a tensão no Irã

Apesar de ser escrito e dirigido por um iraniano, Mohammad Rasoulof, ambientado no Irã e falado em persa, *A Semente do Fruto Sagrado* (Daneh Anjeer Moghadas, 2024) representa a Alemanha na corrida por uma das cinco vagas no Oscar de melhor filme internacional.

É que a Alemanha abrigou Rasoulof, 52 anos, depois de sua fuga do Irã. O cineasta é um notório opositor do regime teocrático de seu país. Em *Manuscritos Não Queimam* (2013), acompanha dois assassinos de aluguel contratados pelo ministro da Cultura para matar um poeta famoso, conhecido por escrever textos contra o governo. Em *Não Há Mal Algum* (2020), conecta quatro histórias que questionam os ideais políticos do Irã e mostram como a vida sob regimes opressivos se resume a escolher entre resistir e sobreviver. O filme ganhou o Urso de Ouro no Festival de Berlim, mas o diretor não pôde receber o prêmio porque estava proibido de viajar ao Exterior. Em julho de 2022, foi preso por criticar a repressão das autoridades aos manifestantes na cidade de Abadan, após o trágico desabamento de um edifício.

Mohammad Rasoulof filmou *A Semente do Fruto Sagrado* secretamente, ao longo de 70 dias entre o final de dezembro de 2023 e março de 2024. Depois que o longa foi selecionado para disputar a Palma de Ouro no Festival de Cannes, o governo iraniano aumentou o cerco. Em 8 de maio, seu advogado anunciou que Rasoulof havia sido condenado a oito anos de prisão e também a açoitamento, multa e confisco de bens. Pouco depois, o diretor e alguns integrantes do filme, como as atrizes Mahsa Rostami e Setareh Maleki, empreenderam uma "jornada exaustiva, longa (foram 28 dias), complicada e angustiante", nas palavras do diretor, para escapar do Irã. No tapete vermelho do festival francês, ele segurou duas fotos mostrando os atores Soheila Golestani e Missagh Zareh, ambos ainda no país asiático.

Cannes marcou o início de uma trajetória consagradora. Lá, o longa-metragem recebeu um prêmio especial do júri e o troféu da Fipresci, a federação internacional de críticos. Depois, venceu em uma escolha do público no Festival de San Sebastian, na Espanha, e concorreu nas categorias de melhor filme, direção e roteiro da Academia Europeia. Nos EUA, foi apontado como o melhor título internacional pela National Board of Review e foi indicado ao Globo de Ouro de longa em língua não inglesa. Entre os críticos de Los Angeles, Rasoulof foi eleito o melhor diretor.

O título original refere-se a uma espécie de figueira cujas raízes crescem sufocando outras árvores – o que foi visto como metáfora da teocracia no Irã. A trama se desenrola no contexto dos protestos sob o slogan "Mulheres, Vida, Liberdade", nascidos a partir das mortes de jovens que teriam infringido o rígido código de vestimenta feminina – não usaram (ou usaram de forma considerada incorreta) o hijab.

Ao longo de suas duas horas e 48 minutos – que jamais cansam, acredite –, o filme insere imagens reais, muitas delas captadas via celular, das manifestações e da subsequente repressão policial após o caso Mahsa Amini. A jovem foi detida pela Polícia da Moralidade de Teerã em 13 de setembro de 2022, por deixar uma mecha do cabelo aparecer. Ela entrou em coma e morreu três dias depois. O governo afirmou que Mahsa faleceu devido a uma doença, mas sua família diz que houve espancamento.

O personagem principal é Iman (Missagh Zareh), que acaba de ser nomeado juiz de instrução no Tribunal Revolucionário da capital iraniana. O cargo significa salário mais alto e apartamento maior para a família – a esposa devota, Najmeh (Soheila Golestani), e as duas filhas, a universitária Rezvan (Mahsa Rostami) e a adolescente Sana (Setareh Maleki). Mas também significa uma violência a seus códigos morais e a sua ética profissional: Iman é orientado a assinar sentenças de morte sem sequer ler os relatórios dos casos.

Cannes marcou o início de uma trajetória consagradora

Por causa do trabalho, o protagonista deve ocultar informações de parentes e amigos e, para proteção, ganha uma arma – que, ao desaparecer dentro de casa, se torna motivo da desconfiança e da paranoia do personagem. A agitação política nas ruas de Teerã inevitavelmente se reflete no lar de Iman, que vira símbolo de como um regime totalitário pode transformar um guardião da justiça, um homem íntegro e um marido e pai amoroso em um monstro dominado pelo medo e sedento pelo poder.

O QUE ESTOU LENDO

André Malinoski
Repórter



Na Pior em Paris e Londres
George Orwell
Companhia das Letras,
256 páginas,
R$ 64, 90

Perrengues na primavera europeia antes do sucesso

Há quase um século, na primavera de 1928, o jovem desempregado Eric Arthur Blair instalou-se num hotel simples no Quartier Latin, em Paris, com a determinação de se tornar escritor. Produziu dois romances e um punhado de contos. Porém, tudo foi rejeitado pelas editoras, inclusive a narrativa de *Na Pior em Paris e Londres*. Curiosamente, foi com esta obra que surgiu George Orwell, pseudônimo do aspirante.

O livro conta suas próprias desventuras misturando narrativa documental, jornalismo e técnicas literárias da ficção. Antes de ser escritor e ficar famoso com a publicação de *A Revolução dos Bichos* e *1984*, o autor ficou sem dinheiro na capital francesa, passou fome e trabalhou em hotéis e restaurantes. Sem perspectiva, partiu para Londres, onde chegou a viver como mendigo.

Sabe aquela pergunta "quais livros você levaria para uma ilha deserta?". *Na Pior em Paris e Londres* seria o número um de minha lista.

A cena de abertura já nos fisga com sua narrativa envolvente. Em seguida, começa a descrição do ambiente e dos personagens que conheceu, todos exóticos. Após começar a leitura, é impossível largar o livro. Orwell nos leva de mãos dadas por uma grande aventura ao mundo dos miseráveis e famintos do final dos anos 1920.

CONEXÃO DIGITAL
Clique no QR code e assista ao comentário sobre o livro de George Owell



Esta coluna contém informação e opinião

Neste espaço, todas as semanas, Zero Hora apresenta dicas de leitura. Acompanhe!

TV Aberta

Sábado

12 RBS TV
06:00 Globo Repórter
06:50 Galpão Crioulo
07:50 É de Casa
11:45 Jornal do Almoço
13:00 Globo Esporte RS
13:25 Jornal Hoje
14:10 Edição Especial - Cabocla
14:35 Baita Sábado
16:15 Caldeirão com Mion
18:40 Garota do Momento
19:25 RBS Notícias
19:45 Volta Por Cima
20:30 Jornal Nacional
21:20 Mania de Você
22:25 Altas Horas
00:15 Supercine - Tammy: Fora de Controle
01:55 Volta Por Cima
02:40 Corujão I - Diamante de Sangue

2 RECORD TV
06:00 Iurd
07:00 Brasil Caminhoneiro
07:35 Fala Brasil
12:00 The Love School
13:00 Balanço Geral RS
15:00 Cine Aventura
17:00 Cidade Alerta
19:45 Jornal da Record
21:00 Cidade Alerta
23:00 Super Tela
01:00 Fala Que Eu Te Escuto
02:00 Palavra Amiga
03:00 Iurd

4 TV PAMPA
03:00 RS na Graça
07:00 Fatos Impossíveis
07:30 Pampa Show - Melhores Momentos
08:00 Programa Religioso
09:00 Pampa Show - Melhores Momentos
09:30 Movimento Jovem
11:30 Pampa Show - Melhores Momentos
19:30 TV Fama (reprise)
20:30 Show da Fé
21:30 Rede TV! News
22:10 Operação de Risco
00:30 Pampa Show - Melhores Momentos
02:15 Programa Religioso

5 SBT
06:00 Sábado Animado
11:15 SBT Apresenta: Luccas Toon
12:00 Sábado Série
14:30 Cinema Em Casa - Scooby-Doo! E A Maldição do Monstro Do Lago
16:00 Cinema Em Casa - Debi & Loide 2
18:00 Circo do Tiru
19:45 SBT Brasil
20:45 Esquadrão da Moda
22:15 Sabadou com Virgínia
00:00 Notícias Impressionantes
02:00 SBT News

7 TVE
06:00 Vale Agrícola
07:00 Tuiga / Mouk
07:15 Casa da Árvore
07:30 A Galinha Pintadinha
07:45 Sol Em Dó Ré Mi
08:00 Pequenos Mestres
08:15 Tito e Muda
08:30 Mytikah
08:45 A Ratinha e o Urso
09:00 Pedrinho e a Chuteira da Sorte
09:15 Missão 347 / Gemini 8
09:30 Tuca o Mestre Cuca
09:45 Passado da Hora
10:00 Eu Sou Um Gênio
10:15 Tainá
10:30 Meu Amigãozão
10:45 O Show da Luna
11:00 Historietas Assombradas
11:15 Laboratório Alcprado Tá On
11:45 Palaloos
12:00 O Cerrado dos Bichos
12:30 Hip Hop TV
13:00 Xodó da Cozinha
13:30 Saúde+
14:00 Brasil Visto de Cima
14:30 Meu Pedaço do Brasil
15:00 A América Latina Selvagem
16:00 Sessão de Cinema - O Estado das Coisas
18:00 Terra dos Primatas
19:00 Repórter Brasil Noite
19:30 Minha Estupidez
20:00 Sangue Oculto
21:00 Sessão de Cinema - No Retrovisor
23:00 Sarau do Solar
00:00 Cena Musical
01:00 Minha Estupidez
01:30 Sangue Oculto
02:30 Terra dos Primatas
03:30 Sessão de Cinema - O Estado das Coisas
05:30 Brasil Visto de Cima

10 BAND
04:00 Estação Cinema - Expresso do Amanhã
05:35 +Info
06:00 Band Kids - Os Chocolix
06:30 Band Kids - Os Chocolix
07:00 Vem Comigo Com Tuca Noronha
07:30 Band Kids - Os Chocolix
08:00 Band Kids - O Diário De Mika
08:30 Igreja Quadrangular
09:00 Entre Amigos
10:00 Band Motores
10:30 Band Mulher
11:30 Band Entrevista
12:00 Mestres da Air Fryer – 1ª Temporada
12:30 Mundo dos Negócios
13:00 Igreja Maranata
13:30 Band Esporte Clube
15:45 Campeonato Carioca Otafogo X Maricá
18:50 O Rio Grande Que dá Certo
19:20 Jornal da Band
20:30 Sabadão da Gente
22:00 Verão Maior Paraná
23:15 SFT - MMA
01:20 BWT - Luta Livre
02:20 Fórmula E - Compacto Etapa do México
03:05 Sex Privê Club

48 ULBRA TV
06:00 Estação Livre (reprise)
07:00 Saúde Brasil
07:30 Kid & Cats
07:35 Oi, Duggee!
07:45 Meu Amigãozão
08:00 Um Herói do Coração
08:15 Esquadrão do Mar Azul
08:20 Milo
08:35 Simon, O Supercoelho
08:45 Bluey
09:00 Mundo Bita
09:10 Octonautas
09:25 Pj Masks - Heróis de Pijama
09:40 Dino Ranch
09:55 Martin Manhã
10:10 O Show da Luna Vi
10:25 44 Gatos
10:40 Câmara Viva
10:45 Asas e Histórias
10:50 Mistérios Animais
11:00 Boas Práticas
12:00 Quintal nos Museus
12:15 Quintal da Cultura
12:30 Cocoricó - Educação Financeira
12:45 Peppa Pig
13:00 Kid & Cats
13:05 Ana Eolinha
13:15 Oi, Duggee!
13:20 Simon, O Supercoelho
13:30 Um Herói do Coração
13:45 Contos da Masha
14:00 Viola E Tambor
14:15 Dino Ranch
14:30 Pj Masks - Heróis de Pijama
14:45 Octonautas
15:00 44 Gatos
15:15 Bluey
15:30 Meu Amigãozão
15:45 O Show da Luna
16:00 Milo
16:15 Martin Manhã
16:25 Morgana & Celeste
16:30 Turma da Mônica
16:45 Nbb - Novo Basquete Brasil - Ao Vivo
19:00 Shaun, O Carneiro
19:30 Cultura Livre
20:00 Arena dos Saberes
21:00 Jornal da Cultura
22:00 Café Filosófico Expresso
22:30 Clássicos
00:00 Minidocs (Show)
01:00 Roda Viva (reprise)
02:45 Territórios Culturais
03:00 Vox Populi
04:00 Letra Livre

Domingo

12 RBS TV
04:35 Corujão II - Detetives do Prédio Azul 2: O Mistério Italiano
06:50 Galpão Crioulo
07:20 Pequenas Empresas & Grandes Negócios
08:05 Auto Esporte
08:40 Globo Rural
10:15 Viver Sertanejo
11:10 Esporte Espetacular
13:05 Magnum P.I.
13:55 Temperatura Máxima - Homem-Aranha: Longe de Casa
15:45 The Masked Singer Brasil
17:30 Domingão com Huck
20:30 Fantástico
23:35 Domingo Maior - O Protetor 2
01:35 Cinemaço - Piratas do Caribe: No Fim do Mundo

2 RECORD TV
06:00 Programa do Templo
07:00 Santo Culto
08:30 Iurd
09:00 Tri Legal Tchê
10:00 Tri Legal
11:00 Todo Mundo Odeia O Chris
12:15 Eu, A Patroa e As Crianças
14:00 Cine Maior
16:00 Acerte ou Caia
18:00 Duelos Mortais Especial
19:45 Domingo Espetacular
23:00 Câmera Record
00:15 O Residente - 1ª Temporada
01:00 Iurd

4 TV PAMPA
03:00 RS na Graça
07:00 Pampa Show - Melhores Momentos
09:00 Programa Religioso
10:00 Tri Legal
11:00 Pampa Show - Melhores Momentos
17:00 Geral do Povo
19:30 João Kléber Show
21:45 Pampa Show - Melhores Momentos
02:00 Programa Religioso

5 SBT
06:00 SBT News
07:00 Fé na Estrada
07:30 SBT Agro
08:00 SBT Sports
09:00 Notícias Impressionantes
10:00 Na Beira do Fogo com El Topador
10:30 Masbah!
11:00 Sorteio da Tele Sena
11:15 Domingo Legal
18:15 Roda a Roda
19:00 Programa Silvio Santos
00:00 Brooklyn Nine-Nine: Lei e Desordem
02:00 SBT News

7 TVE
06:00 Retratos da Fé
06:15 Universidades na TVE
07:00 Palavras da Vida
08:00 Rio Grande Rural
09:00 Vale Agrícola
10:00 Canto e Sabor do Brasil
11:00 Tempo da Terra
11:30 Na Raiz dos Festejos
12:00 Mashup à Brasileira
12:30 13 Canções Para Entender o Samba
13:00 Samba na Gamboa
14:00 Brasil Visto de Cima
14:30 Meu Pedaço do Brasil
15:00 Israel Selvagem
16:00 Sessão de Cinema - Tarsan: A Evolução da Lenda
17:30 Imensidão Azul
18:30 Ícones da Vida Selvagem
19:30 Sobre Nós
20:00 Brasil Visto de Cima
20:30 No Mundo da Bola
21:30 Sessão de Cinema - Já Sinto Saudades
23:30 Sessão de Cinema Lei Paulo Gustavo - Caminho da Volta
01:00 Sessão de Cinema
02:00 Israel Selvagem
03:00 Imensidão Azul
04:00 Ícones da Vida Selvagem
05:00 Brasil Visto de Cima

10 BAND
04:00 Cinema na Madrugada: O Melhor Lance
05:35 +Info
06:00 Band Kids - Os Chocolix
06:30 Band Kids - Os Chocolix
07:00 Entre Amigos (reprise)
08:00 Band Motores (reprise)
08:30 Boca No Trombone
09:00 Trilegal Tchê
10:00 Band Esporte - SP
10:30 Viva Sorte
12:00 Show do Esporte
15:45 Campeonato Carioca Flamengo X Boavista
18:00 Planeta Selvagem Ilhas Rottnest: Reino dos Quokka - Parte 2
19:00 Perrengue na Band
21:00 Apito Final
23:00 Programa do João
00:30 Canal Livre
00:35 Linha de Combate (reapresentação)
02:05 Linha de Combate (reapresentação)
02:30 Sessão Especial - Vingança ao Anoitecer

48 ULBRA TV
05:00 Arte & Matemática
05:30 Especial Cultura Meio Ambiente
06:00 Viola, Minha Viola
07:00 Vamos Pedalar
07:30 Planeta Turismo
08:00 Vida e Fé
08:30 Toque de Vida
09:00 Balaio
10:00 Boas Práticas
10:00 Agrocultura
10:30 Brasil, Mostra a Tua Cara
11:00 Gaúcho Coração
12:00 Encontro com Os Serranos na TV
13:00 Shaun, O Carneiro
13:15 Campeonato Alemão (Bundesliga) – Ao Vivo
15:30 Amazônia – Do Macro ao Micro
16:00 Som do Mar - Marina Week 2024 (reprise)
17:00 Planeta Terra
18:00 Repórter Eco
18:30 Matéria de Capa
19:00 Café Filosófico
20:00 Nosso Olhar
21:00 Grenal na TV
22:00 Cinecult - O Prisioneiro da Grade de Ferro
00:00 Futurando
00:30 Camarote 21
01:00 Minidocs
02:00 Figuras da Dança
02:30 Mosaicos
03:30 Ensaio
04:30 Cultura Memória – Masp, A Aventura do Olhar

Novelas da semana

Garota do Momento – RBS TV, 18h40min
Volta Por Cima – RBS TV, 19h45min
Mania de Você – RBS TV, 21h20min

Sábado

Garota do Momento: Carmem pede que Zélia/Odete retorne em outro momento ao abrigo. Beatriz e Beto reatam o namoro. Beatriz confronta Basílio. Celeste aconselha Edu a mostrar as fotos comprometedoras de Nelson para Anita. Iolanda se emociona com o apoio de Ana Maria. Anita se declara para Alfredo. Raimundo proíbe Celeste de namorar Edu. Lucinha revela a identidade de Beatriz e Clarice para Zélia/Odete. Beatriz conta a Beto que Clarice é sua mãe.

Volta Por Cima: Madalena se desespera ao ver Osmar caído no chão. Madalena avisa a Tati e pede para ter cuidado com Doralice. Madalena se enfurece ao saber da armação de Osmar. Rodolfo ajuda Yuki a falar com Sílvia. Beth gosta de saber que Cida não conseguiu sair com Alberto. Gerson se preocupa ao ser convocado para uma reunião com os contraventores. Jô comenta com Cacá que Madalena e Jão estavam presentes no falso atentado contra Osmar.

Mania de Você: Mavi descobre que Volney está sendo procurado pela máfia russa e o ameaça. Tomás e Bruna escapam do porão de Volney e decidem investigar mais sobre ele. Luma acha o sabor da comida do restaurante Brisa semelhante ao tempero de Viola. Berta anuncia que vai formalizar sua união estável com Sirlei, causando tensão em Leidi. Volney aceita a proposta para destruir Mavi.

Segunda-feira

Garota do Momento: Beto conta a Beatriz sobre a amnésia de Clarice. Carmem desconfia de Zélia. Celeste fica contra Raimundo. Alfredo e Anita sofrem por sua paixão. Zélia se passa por Clarice. Beto aconselha Raimundo. Topete tenta burlar o regulamento do campeonato de boliche. Celeste conta a Edu que Raimundo proibiu o namoro dos dois. Raimundo decide assinar o desquite. Zélia reúne todas as provas de que Beatriz é filha de Clarice. Clarice desperta da sedação.

Volta Por Cima: Gerson enfrenta Rodolfo e a cúpula dos contraventores. Cacá mente para Jão. Doralice se preocupa com Osmar. Roxelle pede que Sebastian ajude os Góis de Macedo. Cacá apresenta sua falsa paciente para Madalena. Madalena sugere que Jin faça a live em sua casa. Sebastian faz uma proposta para Belisa. Tati questiona Jin sobre seu relacionamento com Hana. Marco conversa com Violeta para tentar evitar uma guerra entre os Barros e os Castilho.

Mania de Você: Volney confirma a Viola informações sobre Filipa. Berta diz a Tomás que contratou a auditoria. Berta comunica a Mavi que aguardará o resultado da auditoria. Iberê avisa a Mavi que um fundo de investimento canadense está interessado em se associar ao Albacoa. Viola conta a Rudá o que Volney lhe disse. Diana confidencia a Bruna que encontrou passaportes falsos de Volney. Mavi recebe uma executiva do suposto grupo canadense.

Terça-feira

Garota do Momento: Clarice desperta e Juliano pede que o médico aplique a sedação novamente. Lígia agradece a Raimundo. Edu e Celeste prometem ficar juntos. Arlete sente falta da foto de Valéria com sua neta. Bia nega que esteja envolvida com Ronaldo. Beatriz conta a Carmem o que descobriu. Arlete confronta Zélia. Edu e Guto planejam ajudar Anita. Arlete diz a Juliano que Zélia descobriu seu segredo. Zélia chantageia Juliano e Maristela.

Volta Por Cima: Cida tenta acalmar Madalena. Violeta orienta Jô e seus capangas. Cacá se esconde de Doralice ao chegar à casa de Violeta. Gigi é expulso de seu quarto por Sebastian. Gerson vibra com a vitória sobre os Castilho, e Rodolfo adverte o filho. Jão exige que Cacá deixe de ser capanga de Violeta. Jão conta para Madalena sobre Cacá. Gigi se recusa a servir Sebastian. Marco se insinua para Violeta. Rosana encontra o documento de compra da lanchonete.

Mania de Você: Volney garante a Viola que ninguém conseguirá rastreá-lo. Viola intenciona ser vista por Mavi. Ísis surpreende Tomás ao perdoar Leidi, Sirlei e Evelyn, e convence o filho a não contar a verdade a Berta. Tomás desconfia de que Ísis possa estar sendo ameaçada por Leidi e Sirlei. Fátima percebe que Robson não está mais em casa. Rodhes avisa a Mavi que Viola está em Paraty. Mavi fica encantado ao ver Viola.

Quarta-feira

Garota do Momento: Maristela e Juliano se desesperam. Basílio tem a chance de se redimir com Beatriz. Renê flerta com Ana Maria. Basílio pede perdão a Beto. Ulisses pede que Vinicius deixe o boliche. Edu pede que Anita deixe que ele namore Celeste às escondidas. Juliano vela o sono de Clarice. Carmem chega ao Rio. Raimundo vê Celeste beijando Edu. Celeste pede para morar com Teresa. Nelson volta para casa. Maristela e Juliano fazem uma contraproposta para Zélia.

Volta Por Cima: Cacá dá um prazo para Jão responder a sua chantagem. Doralice expulsa Ana Lúcia de sua casa. Violeta pede para Jô desbloquear o celular de Baixinho. Jão censura Sidney por se aliar a Lucas para atrapalhar Cida e Alberto. Miranda minimiza a reclamação de Nando de dores na cabeça. Rodolfo conta para Yuki sobre sua relação com Belisa. Tati e Jin ficam juntos. Madalena revela para Cida sobre o trabalho de Cacá. Rodolfo se encontra com Belisa.

Mania de Você: Viola finge para Mavi que perdeu parte de sua memória. Mércia confessa a Luma que desconfia da sociedade com os canadenses. Mavi esconde de Mércia que Viola está viva. Volney alerta Viola sobre o monitoramento de Mavi. Fátima pede um tempo para Gael para se refazer da relação com Robson. Bruna volta à casa de Volney para investigar o tio, e se esconde quando ele e Mércia chegam ao local. Volney descobre Bruna em sua casa.

Quinta-feira

Garota do Momento: Zélia faz um acordo. Carmem repreende as atitudes de Basílio. Anita, Guto e Edu se apoiam contra Nelson. Clarice desperta da nova sedação e Juliano e Maristela pedem que o médico a mantenha nesse estado. Bia se assusta com o estado de Clarice. Teresa pede ajuda a Lígia. Ulisses contrata Vinícius. Guto termina o namoro com Eugênia. Carmem e Beatriz vão até a casa dos Alencar. Zélia revela a Juliano e Maristela que Beatriz é a filha biológica de Clarice.

Volta Por Cima: Jão garante a Madalena que não cederá à chantagem de Cacá. Violeta suspende Cacá de seus serviços. Rosana consegue que Yuki seja sua assessora. Jão pede para falar com Ana Lúcia. Jin confessa para Madalena sua paixão por Tati. Sidney pede que Lucas não atrapalhe o encontro de Cida e Alberto. Belisa atrapalha um clima de romance entre Sebastian e Joyce. Rosana tem uma conversa séria com Edson. Jão revela a Ana Lúcia a profissão de Cacá.

Mania de Você: Luma se emociona ao ver Viola usando uma bengala. Viola finge ter perdoado Luma e ter esquecido Rudá. Mavi comenta com Iberê que continua apaixonado por Viola. Mércia pede a Volney para o marido checar se Viola está viva. Diana estranha o clima entre Volney e Bruna. Evelyn e Iarlei sentem que estão perdendo seus cônjuges. Mércia descobre que Mavi está em Paraty e vê Viola conversando com o filho. Mércia confronta Viola.

Sexta-feira

Garota do Momento: Juliano ordena que Coralina dê um jeito de afastar Beatriz e Carmem de sua casa. Anita se desespera com a volta de Nelson. Celeste se acomoda na boate de Lígia. Raimundo lamenta com os filhos. Alfredo procura Anita. Guto conhece Vinícius. Celeste agradece Lígia. Juliano rejeita Marlene. Beatriz se preocupa com Clarice. Teresa visita Clarice. Iolanda pede a Ana Maria para conhecer Renê. Maristela sonda Basílio sobre Beatriz.

Volta Por Cima: Cacá garante que não ordenou o ataque a Jão, e ameaça Madalena. Ana Lúcia passa mal ao saber a verdade sobre a filha. Chico percebe que está apaixonado por Cacá. Ana Lúcia confronta Cacá. Gerson explica como Yuki fará a assessoria a Rosana. Edson pede para Gerson retirar o convite a Rosana do cargo de rainha de bateria. Alberto comenta com Doralice sobre o bilhete que Lindomar comprou no dia em que morreu.

Mania de Você: Mércia acusa Viola de querer se vingar de Luma e Mavi. Rudá finge surpresa quando Luma lhe conta que Viola está viva. Fátima deixa claro para Robson que não será mais sua esposa. Bruna revela a Diana que está investigando Volney e pede para a mãe não contar a Hugo. Rudá pede a Viola que desista da vingança. Luma diz a Mavi que a única forma de reparar a maldade cometida contra Viola seria vir a público contar a verdade sobre o golpe contra a chef.

JEFFERSON BOTEGA



No Morro das Furnas, Zaparolli levou seu equipamento para registrar o fenômeno, invisível a olho nu. Foram quase três horas de espera e nuvens a encobrir o céu

O universo de olho no caçador de cometas do Litoral Norte



Torres

Preparo, técnica e paixão pela área levaram Gabriel Zaparolli a ter suas **fotografias publicadas por agências espaciais internacionais**, como a Nasa e a ESA. A reportagem de ZH acompanhou o jovem de 24 anos na captura de imagens do C/2024 G3 (Atlas)

Marcelo Gonzatto
marcelo.gonzatto@zerohora.com.br

Pouco depois da 1h30min na madrugada do último sábado, quando boa parte do município de Torres já tinha ido dormir, Gabriel Zaparolli, 24 anos, se apronta para subir o Morro das Furnas sob total escuridão. Olha para cima e enumera:

– Ali é Júpiter. À direita, é Marte. Mas, se olhar mais para o alto, é Sirius, a estrela mais brilhante no céu – afirma o fotógrafo nascido e criado no Litoral Norte, apontando para o pontinho luminoso a 8,6 anos-luz de distância.

A missão de Zaparolli é "caçar" o cometa C/2024 G3 (Atlas) invisível a olho nu, mas possível de ser fotografado com equipamentos e técnicas especiais.

A obsessão em registrar tempestades, estrelas e cometas desde que tinha 13 anos começa a direcionar para o gaúcho a atenção de algumas das principais agências espaciais do mundo. Em outubro, a Nasa publicou uma de suas fotos como destaque em seu site e a Agência Espacial Europeia (ESA) divulgou um compilado de alguns de seus trabalhos:

– Nem acreditei quando a Nasa entrou em contato para divulgar a foto que fiz de um cometa na divisa do RS com Santa Catarina. Depois disso, vendi duas fotografias para os EUA.

O termo "caçar", usado por quem tenta capturar os fenômenos celestes em uma imagem, é apropriado: é preciso preparo, técnica, longas esperas e, por vezes, diversas tentativas e um tanto de sorte para ter sucesso. A madrugada de sábado era a sexta oportunidade que Zaparolli tinha de documentar a passagem do novo cometa. O objeto poderia ser fotografado apenas por alguns minutos entre o final da noite e o amanhecer.

Prodígio

O jovem, que se apaixonou pela área ao assistir a programas de caçadores de tempestades no Discovery Channel, sobe o Morro das Furnas iluminado apenas pela lanterna de seu celular. No topo, começa a montar o equipamento. Um deles é um tracker, dispositivo que faz a câmera girar na mesma rotação da Terra, evitando assim que as estrelas apareçam "borradas" em imagens capturadas por meio de longas exposições.

Parece que a caçada acabará frustrada. Nuvens surgem de Oeste e se arrastam rumo ao alto-mar e transformam o céu em um lençol branco. Zaparolli sussurra para si mesmo: "Vai dissipar, vai dissipar". A nebulosidade, ao contrário das previsões do tempo e de sua expectativa, aumenta.

Pouco antes das 3h, ele puxa o celular do bolso, abre um aplicativo com imagens de satélite e garante que "vai abrir".

Nesse meio tempo, os vultos de duas pessoas cruzam pelas proximidades no topo do morro. O jovem olha por cima do ombro e volta a se concentrar no céu. Não tem medo de frequentar o local. Quando tinha apenas 16 anos, mentia aos pais dizendo que subiria o morro com um amigo. Pegava a bicicleta e seguia sozinho rumo a seu ponto de observação para bisbilhotar os astros.

– Algumas vezes, também matava aula para acompanhar alguma tempestade. Agora, quero cursar Meteorologia – afirma.

Por volta das 3h20min, as nuvens começam a se desfazer. Um braço da Via-Láctea apinhado de estrelas se revela no firmamento. Às 4h, declara:

– Vamos atrás do cometa!

Preparação

Não é simples. Como sua luminosidade não é intensa o suficiente para ser vista a olho nu, é preciso supor em que ponto do céu ele vai aparecer, apontar a câmera para lá e torcer para acertá-lo, como quem joga uma lança em uma presa fugaz. Para aumentar a chance de sucesso, a preparação prévia envolve a busca de parâmetros celestes que indiquem onde o fenômeno vai surgir.

O foco é direcionado para o "rabo do escorpião", ou ponta final da constelação que leva esse nome. Um pontinho quase imperceptível aparece na tela da câmera pouco acima da linha do horizonte, e próximo de nuvens distantes que voltam a ameaçar o registro. Zaparolli acredita que acertou o alvo, mas ainda não tem certeza. Após mais uma foto de longa exposição, outra imagem se abre no visor.

– Olha o cometa ali! – comemora, às 4h15min, indicando o minúsculo ponto, na verdade distante 170 milhões de quilômetros do Morro das Furnas.

Confirmada a localização, é só fazer diferentes registros que serão combinados em uma foto para ampliar seu grau de detalhamento. Zaparolli levanta, toma um gole d'água, estica as pernas. Em breve, talvez, mais uma de suas fotos ilustre o site de alguma agência espacial estrangeira.

O garoto-prodígio da fotografia astronômica embala a câmera e o tripé e, enquanto grupos de madrugadores chegam para testemunhar o nascer do sol de cima do morro, Gabriel Zaparolli vai embora junto com as últimas estrelas.

CONEXÃO DIGITAL
Clique no QR code e assista ao vídeo e veja galeria de fotos da "caça"



VIDA



RONALDO BERNARDI, BD 22/09/2005

Saúde
O Ozempic e a massa muscular
Pág. 3

Copo vazio
Que tal janeiro sem álcool?
Pág. 7

Medicina
Robótica contra o Parkinson
Pág. 8

ZERO HORA, CADERNO VIDA,
SÁBADO E DOMINGO,
11 E 12 DE JANEIRO DE 2025
Nº 1.729



ANDRÉ ÁVILA, BD 27/12/2024

Regiões com muitas árvores constituem uma espécie de refúgio que atrai diversos moradores na Capital. Na foto, a Rua Gonçalo de Carvalho, para muitos a mais bonita da cidade

A felicidade é verde

Quem vive perto de áreas arborizadas é mais feliz? Segundo estudo britânico, pode ser, sim. Veja o que pensam pessoas que moram nessa condição em Porto Alegre

André Malinoski
andre.malinoski@zerohora.com.br

Nos grandes centros urbanos, felicidade não significa apenas ter saúde, emprego e educação. Pesquisas evidenciam que as pessoas são mais felizes quando vivem em locais bonitos, estimulantes e próximos à natureza. Nessas condições, a beleza faz bem aos olhos e melhora o humor de quem tem essa possibilidade.

A ligação entre ambientes bonitos e felicidade foi objeto da equipe do Laboratório de Ciência de Dados da Warwick Business School, do Instituto Alan Turing, de Londres. O grupo observou quase 1 milhão de avaliações de fotografias de um jogo online, somadas a três anos de dados sobre a felicidade de mais de 15 mil pessoas. As informações foram coletadas por meio do aplicativo Mappiness para iPhone.

O aplicativo solicitava às pessoas que relatassem sua felicidade ao longo do dia enquanto registrava suas localizações, além de com quem estavam e o que faziam naquele momento. O estudo revelou que a sensação de felicidade não acontecia somente em áreas de beleza natural, mas também em metrópoles urbanas. ▬

CONTINUA NAS PÁGINAS 4 E 5 ›

Esta coluna contém informação e opinião

J.J. Camargo



J.J. Camargo é cirurgião torácico, diretor do Centro de Transplantes da Santa Casa de Porto Alegre e membro titular da Academia Nacional de Medicina

jjcamargo.vida@gmail.com - Instagram: @jjcamargo.cxtoracica

Um pacto solene

Para azar de Eduardo, o primo dele era o tipo de médico que sempre acerta quando a notícia é ruim



DAVID PEREIRAS, STOCK.ADOBE.COM

Médico e paciente: parceria quando o momento é de sofrimento

"A vida é ingrata no macio de si; mas transtraz a esperança mesmo no meio do fel do desespero"
(Guimarães Rosa)

Quem trabalha com alta complexidade, ainda que nunca se habitue, passa a ter um convívio inevitável com a morte, dada a incômoda naturalidade com que ela circula por ali, com a soberba de quem sabe que, mais dia, menos dia, prevalecerá.

Luiz Eduardo teve uma vida comum, sem exageros e sem pretensões que anunciassem qualquer ambição. Nada disso, conformado com o que tinha, de tão despretensioso que era, se tivesse a chance de ter mais, precisaria de um tempo para decidir o quê.

Seguindo a tendência dos modestos, foi sempre avesso à qualquer competição e, contente que estava consigo mesmo, nem sonhava em ser um outro. Pressionado pela mulher para que se qualificasse mais em busca de uma promoção, ele respondia, sempre assim, para desespero dela:

– Eu não conseguiria me acostumar em ser outra pessoa. E eu já era assim quando você aceitou ficar comigo!

Todos esses detalhes da sua frágil biografia soube pela família ao longo dos meses em que convivemos.

Quando procurou-me para a primeira consulta, não tinha nada desse estereótipo pacato e preguiçoso, era pura ansiedade. Três anos antes, removeu uma ferida do dorso, e não lembrava de ter ouvido sobre a natureza da coisa, mas agora recebeu a recomendação de procurar um especialista porque tinha alguma coisa no pulmão.

"Você tá bem complicado"

Já em franco processo de negação, foi atrás de um primo médico, que vá lá saber por quais mesquinhas razões foi cruelmente sucinto:

– Se for o que eu penso, você tá bem complicado!

E, para azar dele, o primo era o tipo de médico que sempre acerta quando a notícia é ruim.

Nada do que lhe dissesse serviria para minimizar o medo e a perplexidade

Tentado a lhe dizer que ninguém merecia um primo daqueles, e que a vida devia ser mais condescendente já que não temos possibilidade de escolhê-los, mas mordi a língua. Não era hora de revisar a natureza humana, e nada do que lhe dissesse serviria para minimizar o medo escancarado na perplexidade do olhar e na umidade das mãos.

Com a preocupação básica de preservar alguma esperança, comentei que 10 anos atrás, naquela condição, não havia espaço para discursos falaciosos: o diagnóstico de melanoma metastático era sinônimo de sobrevida curta e sofrida. Mas que, felizmente, com o advento promissor da imunoterapia, era razoável a comparação otimista dessa condição com outras doenças crônicas.

Quando ele quis saber se já se podia falar em cura, disse-lhe:

– Ainda não, mas a velocidade dos avanços nesta área permite que, por ora, festejemos o tempo que vamos ganhar com o que já dispomos.

Nestes termos, firmamos o mais solene dos pactos no sofrimento: o da parceria.

Na despedida, a resposta ao meu tradicional "cuide-se" foi automática:

– Cuide-se você, porque eu vou precisar muito de alguém em quem acreditar.

Quando me deu a mão, antes do abraço, percebi que a umidade já não estava. Tinha migrado para os olhos.

CONEXÃO DIGITAL
A partir do código ao lado, leia todas as colunas de J.J. Camargo





MATERNIDADE SANTINA DE CARLI ZAFFARI

Carinho, excelência e acolhimento em cada detalhe. Um novo conceito em maternidade.

HospitalNoraTeixeira
HOSPITALNORATEIXEIRA.ORG.BR/MATERNIDADE

MATERNIDADE
HOSPITAL NORA TEIXEIRA
SANTA CASA DE PORTO ALEGRE

Eufrázio

Preservando a massa muscular

Medicamentos para emagrecimento nem sempre nos fazem perder apenas gordura. Mas isso pode ser evitado

NATALIA, STOCK.ADOBE.COM



Sem exercícios e com alimentação inadequada, efeito dos remédios contra a obesidade fica prejudicado

Letícia Paludo
leticia.paludo@zerohora.com.br

Desde que os medicamentos para tratamento da obesidade, como o Ozempic, se popularizaram no mercado, tem crescido o debate sobre a perda de massa muscular que muitas vezes é observada em quem está em tratamento com esse remédio ou substâncias semelhantes.

A endocrinologista e metabologista Paula Jaskulski explica que, em qualquer estratégia utilizada para perder peso de forma mais intensa, é esperada alguma perda de músculos. Porém, é algo que pode acontecer de maneira excessiva em qualquer estratégia que não faça um bom ajuste na dieta, como cirurgia bariátrica, dietas restritivas demais e também com uso de medicamentos.

No caso das medicações chamadas análogas de GLP-1 – grupo de medicamentos que inclui a semaglutida, que é a substância de Ozempic e Wegovy, e a liraglutida, substância do Saxenda –, essa perda costuma ocorrer principalmente quando se faz uso do medicamento sem acompanhamento médico e sem assumir um estilo de vida que combina alimentação equilibrada e exercício de força.

– Como um dos mecanismos dos análogos de GLP-1 é o aumento da saciedade e o retardo do esvaziamento gástrico, o que muitas pessoas que não estão tendo suporte médico e nutricional começam a fazer é retirar nutrientes importantes da dieta, focando apenas no déficit calórico. A composição da dieta fica ruim, gerando perda de massa muscular, ao invés da perda de gordura, que é o desejado – explica a endocrinologista.

O que mostram os estudos

De acordo com o estudo Step 1, que analisou o uso de semaglutida em quase 2 mil participantes, há perda de massa magra durante o tratamento, mas, comparando os valores de base do paciente antes e depois do fazer o tratamento, vê-se que há um aumento da proporção de massa magra.

– Ou seja, a pessoa perde massa magra em quantidade, algo que se dá pela própria perda de peso, mas há um aumento da proporção de massa magra. A pessoa perde muito mais gordura do que massa magra – comenta Paula.

A importância da musculatura

A médica salienta, no entanto, que os participantes deste estudo contaram com suporte nutricional e de educador físico. Portanto, eles estavam efetivamente mudando o estilo de vida em conjunto com o uso do remédio:

– Se a pessoa não priorizar a boa composição da dieta e o exercício físico, aí sim vai haver uma perda de massa magra muito intensa, o que não é nada bom. Muitas vezes acontece de quem está usando o medicamento priorizar coisas mais palatáveis, como comer só o que gosta ao invés de melhorar sua dieta, e, aí sim, há uma perda considerável de massa muscular.

Outro alerta é que, perdendo massa muscular, o indivíduo também sai perdendo em quesitos estéticos, de funcionalidade e de metabolismo do organismo. Ter mais massa muscular proporciona mais força e reduz o risco de quedas, observa Paula, algo que principalmente em idosos é um problema grave, pois piora sua qualidade de vida, sendo uma causa de mortalidade.

Como manter

A estratégia para preservar massa muscular, de acordo com a endocrinologista, é focar sempre na alimentação equilibrada e nas atividades físicas, principalmente nos exercícios de força – e, no mundo ideal, fazer tudo isso acompanhado de uma equipe multidisciplinar composta por nutricionista, endocrinologista e educador físico. Em termos de alimentação, é essencial ter um bom consumo de proteína:

– Alguns estudos mostram que um leve aumento da ingestão de proteínas, por exemplo de 0,8g por quilo de peso para 1g por quilo de peso da pessoa, já há uma melhor preservação de massa muscular. Mas o ideal a se fazer, num contexto de grande perda de peso, é consumir em torno de 1,5g de proteína por quilo de peso por dia.

Se o uso de medicamentos análogos de GLP-1 for bem orientado, com mudança de estilo de vida é possível que o indivíduo não tenha um impacto significativo na massa muscular, mas o grande desafio é que geralmente tais medicamentos fazem com que o usuário só consiga comer porções bem pequenas de comida a cada vez, especialmente no início do tratamento. Tendo isso em vista, uma das soluções é fracionar a dieta ao longo do dia e se organizar para incluir proteínas em todas as refeições.

– Muitas vezes os usuários de Ozempic não toleram grandes quantidades de alimentos, por isso é necessário fracionar as refeições e buscar incluir proteínas em todas as refeições. É interessante haver de 20g a 40g de proteínas em cada refeição para conseguir maximizar o uso dessa proteína para síntese muscular.

Também é indicado priorizar proteínas magras, pois quem faz tratamento com análogos de GLP-1 não costuma tolerar bem alimentos com muita gordura, sentindo náuseas ao ingeri-los por conta do retardo do esvaziamento gástrico provocado pelo medicamento. Alguns exemplos de proteínas magras são peixe, frango, iogurtes com proteína, ovo, queijos brancos, tofu, lentilha, feijão e proteína de soja.

> É preciso cuidar que alimentos serão cortados ao buscar o emagrecimento

– Em alguns casos entra muito bem, num lanche intermediário, a suplementação com Whey, principalmente para quem não está conseguindo comer muitos alimentos sólidos ricos em proteínas – detalha.

Já no quesito atividade física, a recomendação é que algum exercício de força seja feito pelo menos duas a três vezes na semana, lembrando que, para quem não curte musculação, há outras opções.

– Pode fazer pilates com aparelhos, exercícios com pesos livres, com o peso do próprio corpo, que são considerados exercícios de força. Os exercícios aeróbicos também são importantes, mas não precisam ser feitos de forma tão intensa, e sim moderada. Associar aeróbicos e treinos de força é o melhor dos cenários e ajuda a manter o peso depois do emagrecimento – cita a médica.

Uma boa novidade

A ciência já está em busca de medicamentos que propiciam combate à obesidade ao mesmo tempo em que ativam mecanismos que preservariam a massa muscular. É o caso de um estudo que está em andamento no laboratório Altimmune, o qual está tentando desenvolver uma nova medicação chamada Pemvidutida, ainda não aprovada para uso.

Enquanto isso ainda não ocorre, vale lembrar que medicamentos como o Ozempic estão aprovados no Brasil para o uso em pessoas com obesidade, com sobrepeso e com alguma comorbidade e pessoas com diabetes tipo 2. A endocrinologista ressalta que, para quem quer perder pouca gordura, eles não são indicados:

– Não é para pessoas que queiram perder de dois a três quilos, porque essa pessoa provavelmente vai perder mais massa muscular do que quem tem indicação, pois fará um déficit calórico muito intenso e talvez não consiga consumir o que deveria. Ela não tem tanta gordura para perder, e aí vai acabar perdendo massa muscular. Para essas pessoas, é muito melhor fazer um ajuste da dieta, até para não criar uma dependência do uso para pessoas que não precisam.

O refresco da natureza

Viver em ruas bonitas ou próximo a parques arborizados pode trazer felicidade, além de fazer bem aos olhos e garantir saúde mental



Há 30 anos, o aposentado Paulo Renato Rodrigues, 73 anos, decidiu viver na Rua Gonçalo de Carvalho, situada no bairro Independência e considerada a mais bonita de Porto Alegre. O namoro com o verde da via começou quase por acaso.

– Quando comprei o apartamento aqui, minha filha estava hospitalizada no Hospital Moinhos de Vento, e eu morava em Santa Maria. Lembro que passava na frente do prédio e pensava "que rua bonita, essa". Criei coragem e acabei comprando. Sou muito feliz morando aqui – relata Paulo Renato.

A Gonçalo de Carvalho é Patrimônio Histórico, Cultural, Ecológico e Ambiental do município desde junho de 2006. As frondosas e centenárias árvores que compõem o túnel verde em sua extensão são a marca do local, que recebe visitas até de turistas de passagem pela Capital.

Circular pela Gonçalo de Carvalho é uma espécie de terapia

O aposentado criou e preside a Associação dos Moradores da Gonçalo de Carvalho (Amogonçalo). Ele conta que uma série de melhorias foram realizadas, como a instalação de cabos ecológicos. Na prática, são cabos protegidos na alta tensão, o que impede o desligamento da energia elétrica quando houver contato com objetos estranhos, como galhos de árvores.

– Tenho uma identificação muito grande com a rua. Adoro ver essas árvores. Acho que a prefeitura cuida muito mal da rua e não dá a devida atenção. É um cartão-postal de Porto Alegre e teria de ser muito mais valorizada – afirma.

Poder circular diariamente perto das árvores é uma espécie de terapia para o morador:

– Isso aqui é um prazer enorme, principalmente caminhar. Se caminha na sombra e olhando o verde. Isso é uma coisa que não tem preço.

Mais de meio século vivendo junto ao Parque Moinhos de Vento

Situação semelhante à de Paulo Renato vive a aposentada Laura Salim, 78, que mora em um edifício na Rua Comendador Caminha, em frente ao Parque Moinhos de Vento. Ela reside há 51 anos no local e viu o Parcão ser criado, crescer e passar por transformações urbanas.

– Escolhi morar aqui porque iria haver um parque. O que tinha era terra e nada mais. Quando vieram as primeiras mudas, os moradores desciam com balde para molhar as plantas – recorda.

Laura diz que a administração do parque poderia ser melhor. A aposentada cita a inauguração recente de um chafariz, que teria funcionado apenas por uma semana e depois nunca mais.

Apesar disso, confessa ser apaixonada pelo parque e assegura que enquanto tiver saúde para subir os lances de escada – pois o prédio é antigo e não tem elevador –, descarta se mudar.

– É o meu quintal. Saio de manhã, caminho, atravesso e de tarde dou mais uma volta.

E compartilha o que mais gosta e testemunha no dia a dia:

– O mais bonito é o verde, ouvir os passarinhos, fazer ginástica e ver as crianças brincando. E tem muita gente que faz festa de aniversário no parque, o que acho uma beleza. Gostaria que houvesse mais parques assim.



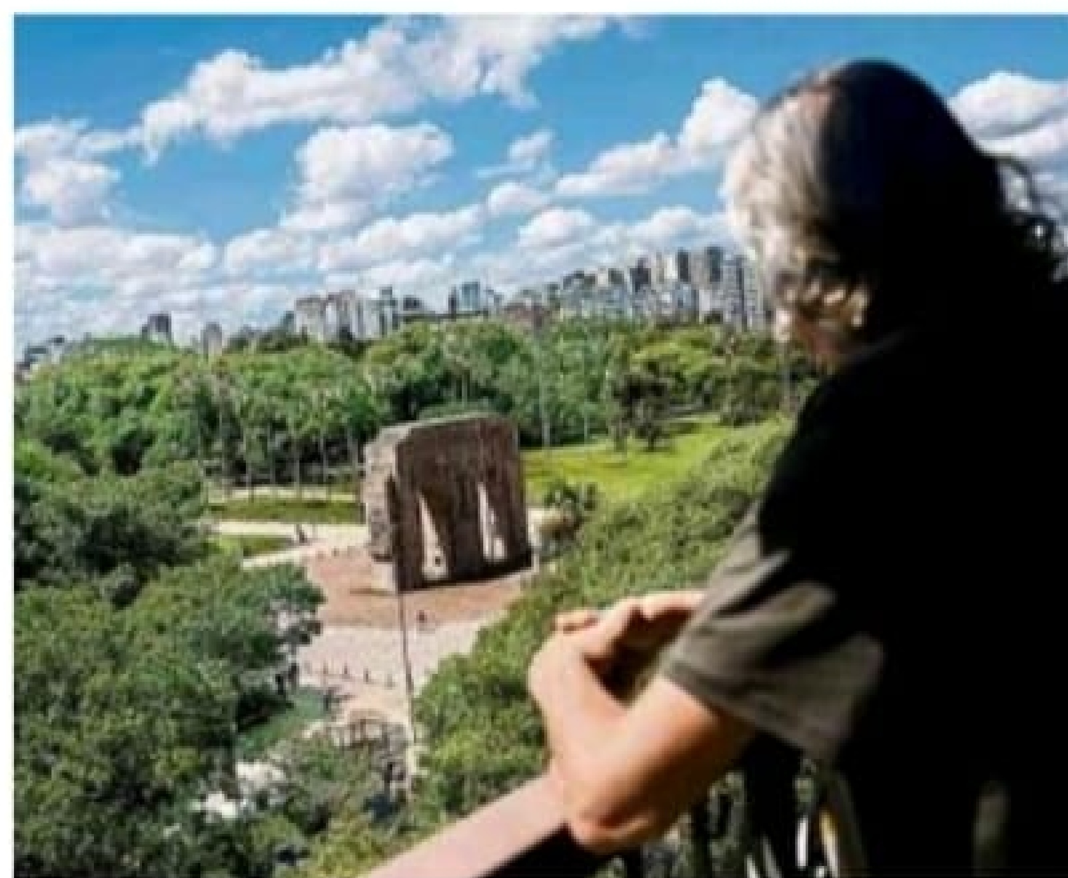
Laura viu o Parcão ser criado, muitas décadas atrás

Eufrázio

FOTOS ANDRÉ ÁVILA

Paulo Renato viu a rua do bairro Independência e se apaixonou por ela. Hoje, preside a Associação dos Moradores da Gonçalo de Carvalho

Quando a Redenção é um jardim particular


Gerbase da sacada de sua casa, na Rua José Bonifácio

Escritor, professor, pesquisador e cineasta, Carlos Gerbase, 65, tem uma vista privilegiada para um dos locais mais verdes da Capital – o Parque Farroupilha (Redenção). Morador do sétimo andar de um prédio da Avenida José Bonifácio, ele enxerga exuberantes copas de árvores, além de pontos distantes, como o domo da Catedral Metropolitana, localizada junto à Praça da Matriz, no Centro Histórico.

– A gente considera a Redenção o nosso jardim. Caminhamos muito aqui. Acompanhamos aquele vendaval *(temporal ocorrido em 2016)* e fomos no dia seguinte caminhar no parque. Foi um negócio muito doloroso ver todas aquelas árvores derrubadas – relata o cineasta.

E pede mais atenção do poder público em relação ao processo de plantio de novos exemplares na área do parque.

– Aliás, pouco se fez para repovoar *(as árvores derrubadas em 2016)*. Tinham que ter sido plantadas muito mais mudas, principalmente na Avenida João Pessoa, onde o vento derrubou mais. Andando em volta do lago tu consegue ver o movimento dos carros na João Pessoa, coisa que não era possível antes por existir uma cortina de árvores mais densa – detalha.

Gerbase mora há 40 anos em algum endereço em torno da Redenção. Ele elogia o compromisso dos moradores e vizinhos da região em relação à preservação do parque. E divide os benefícios de viver a poucos metros de um cinturão verde da cidade.

– Acho que o contato com a natureza de um modo geral faz muito bem. A gente trabalha muito e, quando podemos descansar e caminhar ao mesmo tempo, faz muito bem ao espírito – reflete.

A importância da sensação de bem-estar

A arquiteta e paisagista Bela Reichert, 36, está habituada a atender clientes em busca de espaços mais verdes, acolhedores e tranquilos. A profissional percebeu que, durante a pandemia, as pessoas passaram a se conectar mais com suas casas e sentiram falta de passeios ao ar livre.

Bela cita o exemplo do Japão, que criou parques há 40 anos como forma de prevenção a doenças relacionadas ao trabalho, como burnout – a síndrome do esgotamento profissional. E destaca que hospitais já criam jardins para auxiliar na recuperação dos pacientes.

– Há muito tempo, principalmente nos EUA e no Japão, vemos estudos a respeito do bem-estar gerado e da diminuição de stress quando se tem contato com a natureza – observa.

Em relação aos pedidos que costuma receber dos clientes, os mais comuns envolvem os jardins verticais e as vegetações em vasos e em ambientes internos.

– Esses dados acabam dando um peso para o meu trabalho de paisagismo. Para eu mostrar para o cliente que é mais vantagem ele ver um jardim vertical, uma cerca viva, algo assim, do que um muro branco, para muito além da diminuição da temperatura. É nisso o que eu acredito – pondera, ressaltando que algumas plantas melhoram até a qualidade do ar.

A psicóloga clínica do Centro de Estudos da Família e do Indivíduo (Cefi) da Capital, Denise Cápua Corrêa, 56, traz elementos do dia a dia dos atendimentos de pacientes para o debate. A profissional cita o stress e a ansiedade como os principais inimigos da saúde física e mental.

– Uma das estratégias que a gente recomenda é que estejam mais próximos à natureza, que saiam de casa, caminhem, façam exercícios, pode ser caminhada ou corrida – sugere.

Segundo a psicóloga, quem vive nos meios urbanos geralmente tem níveis de estresse e cobranças no trabalho maiores. Mas quem adota essas medidas de conexão com a natureza acaba tendo benefícios.

– O cortisol, o nosso hormônio do estresse, quando rompemos essa sensação de segurança ou nos desestabilizamos, ele começa a se elevar. Então, uma das estratégias é essa: vamos sair, dar uma caminhada e respirar ar puro – ensina Denise.

Para a psicóloga, estar perto ou em contato com locais bonitos e mais verdes proporciona, no que diz respeito ao lado emocional das pessoas, mais ideias e predisposição a sociabilizar:

– Um lugar gostoso, com verde e conexão com a natureza, também promove na gente um pouco de inspiração e criatividade.

A também psicóloga Deisy Razzolini, 57, concorda que as pessoas são mais felizes quando vivem em locais bonitos e próximos à natureza.

– Toda vez que se vive em um local mais urbano, que se possa estar conectado com aspectos da natureza, seja uma pequena arborização, na sombra de uma árvore, perto de um lago, praças, se pratique esporte ao ar livre, caminhadas, isso reconecta também a pessoa com as suas energias mais básicas – diz.

E essa sensação é mais importante do que se possa imaginar.

– Isso está muito ligado ao nosso pilar de saúde física, mental e emocional. Faz com que a gente possa se reorganizar internamente, principalmente no aspecto emocional. E isso ajuda muito a nossa saúde como um todo – conclui.

ALFA MEN
MEDICINA SEXUAL
(51) 3013-7172
AGENDE AGORA SUA CONSULTA EM SIGILO

PLANO DE SAÚDE DA 3ª IDADE
MedSênior

Cuidado com a saúde bucal deve ser maior

Pessoas com mais de 60 anos ficam mais suscetíveis a problemas como doença de gengiva, cárie e câncer de boca

Jhully Costa
jhully.costa@zerohora.com.br

ADAM RADOSAVLJEVIC STOCK.ADOBE.COM



Quem usa implantes ou dentaduras também precisa ter atenção maior

Doença de gengiva, cárie na raiz do dente e câncer estão entre os principais problemas bucais que podem aparecer na terceira idade. Por isso, as pessoas com mais de 60 anos precisam ter atenção redobrada à saúde da boca, incluindo na rotina visitas regulares ao dentista. As consultas são consideradas fundamentais para a identificação precoce de problemas, ajuste de próteses e orientação sobre cuidados específicos.

Cassiano Rosing, professor titular de Periodontia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e membro titular da Academia Gaúcha e Brasileira de Odontologia (ACGO), lembra que, antigamente, era comum que a maioria das pessoas chegasse à terceira idade sem seus dentes próprios. Os cuidados preventivos da odontologia mudaram esse cenário, trazendo novos desafios.

– A pessoa que envelhece com seus dentes *(sem precisar de implante ou dentadura)* está sujeita a ter novos problemas, se os devidos cuidados não forem tomados. Um deles é a doença de gengiva. Além disso, com a terceira idade, há uma série de medicamentos que o idoso toma e diminui a salivação. Isso aumenta o risco de cárie, só que a cárie mais impactante no idoso é a cárie da raiz, que é muito mais difícil de ser tratada – destaca o especialista.

Foco na alimentação

De acordo com o professor, a dieta adotada pelos idosos também impacta nesse problema. Isso porque não é apenas o açúcar refinado que causa ou piora a cárie de raiz, mas também bolachas, batatas e pães.

Pessoas que utilizam implantes ou dentaduras também precisam ter uma atenção maior à saúde bucal. Rosing aponta que, embora não sejam acometidos por cáries, há doenças que se desenvolvem ao redor dos implantes. Na gengiva, por exemplo.

– E, embaixo das dentaduras, especialmente das superiores, às vezes ocorre o desenvolvimento de fungos, de candidíase e câncer. Por isso, é preciso tirar a dentadura nas consultas para o dentista ver por baixo se não tem nenhum tipo de lesão – alerta o periodontista.

Rosing esclarece que o câncer de boca não tem relação com o envelhecimento em si, mas sim com o tempo prolongado de exposição a fatores de risco como o tabagismo e o álcool.

Qualidade de vida

José Cícero Dinato, membro da ACGO e especialista em implantodontia e prótese dentária, ressalta que a saúde bucal vai além da estética, sendo essencial para mastigação, digestão e prevenção de doenças sistêmicas, bem como para o bem-estar, a autoestima e a qualidade de vida dos idosos. Ele concorda que cada etapa do envelhecimento traz desafios específicos e destaca que, com os cuidados adequados, é possível manter uma boca saudável e funcional.

Entre as recomendações de Dinato está a atenção ao tempo ideal de escovação: cerca de dois minutos, com movimentos suaves e circulares. É indicado dividir a boca em quatro quadrantes, dedicando cerca de 30 segundos a cada um, sem esquecer de escovar a língua.

– O uso do fio dental deve ser diário e, para quem tem dificuldades motoras, irrigadores orais *(jatos de água)* são uma alternativa prática e eficaz, porém não substituem a escovação – enfatiza o especialista, acrescentando que os irrigadores complementam a higiene, removendo resíduos e protegendo as gengivas, sendo indispensáveis para portadores de próteses fixas totais sobre implantes.

As escovas elétricas

Dinato indica também o uso de escovas elétricas com ultrassom, classificando-as como um "excelente recurso" especialmente para quem possui limitações físicas, pois são "eficientes, suaves e alcançam áreas difíceis, sem causar danos às gengivas".

Também é necessário usar creme dental com flúor e instrumentos para limpar no meio dos dentes, acrescenta Rosing. O professor pontua, contudo, que os idosos normalmente não devem utilizar mais o fio dental, e sim a escova interdental.

Dinato aponta que os cuidados necessários podem variar de acordo com a faixa etária do idoso: entre 60 e 75 anos, o foco ainda deve ficar na prevenção de cáries, doenças periodontais e manutenção de próteses ou implantes; de 75 a 85 anos, tornam-se mais comuns os problemas como xerostomia (sensação de boca seca), as próteses mal ajustadas ou condições sistêmicas, o que deve motivar um cuidado redobrado com a higiene e revisões periódicas; com mais de 85 anos, o cuidado deve priorizar conforto e prevenção de infecções.

Em todas as idades, enfatiza o especialista, visitas regulares ao dentista são fundamentais para a identificação precoce de problemas, o ajuste de próteses e a orientação sobre cuidados específicos.

ALFA MEN
MEDICINA SEXUAL
SEXO É SAÚDE!
Disfunção Erétil e Ejaculação Precoce têm tratamento.
Resp. Téc. Cris H. L. Grecco CRM/RS 34.952

AGENDE AGORA SUA CONSULTA EM SIGILO:
(51) 3013-7172
ALFAMEN.COM.BR/ZH



ANGHII, STOCK.ADOBE.COM



A socialização sem bebida

Copo vazio: movimento defende que os efeitos dos excessos das festas de fim de ano podem ser minimizados com um período de abstinência

Prática chamada de Janeiro Seco, que consiste em um mês sem beber, incentiva as pessoas a prescindir do álcool mesmo nos momentos de convívio com amigos e familiares

Karine Dalla Valle
karine.dallavalle@zerohora.com.br

Uma campanha chamada Janeiro Seco estimula a passar o primeiro mês do ano sem ingerir uma gota de álcool. É uma forma de desintoxicar o corpo dos excessos cometidos durante as festas de dezembro e começar o novo ciclo adotando uma rotina mais saudável.

Desde que a pessoa não seja dependente, o movimento é benéfico para a saúde, dizem especialistas. No caso de um alcoolista, a abstinência precisa ser feita com tratamento e acompanhamento.

Atuante no Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas (CAPS AD III Passo a Passo), em Porto Alegre, o psiquiatra Vauto Alves Mendes Filho diz que qualquer período sem ingestão de bebidas alcoólicas vai apresentar melhoras para a saúde física e mental:

– Vejo muitos benefícios. Ficar um período sem ingerir álcool pode melhorar a qualidade de sono, o fígado será poupado, a hipertensão é regulada e isso ainda contribui para a perda de peso. Para a saúde mental, mais benefícios: se a pessoa tem depressão ou ansiedade, esses sintomas são amenizados.

A privação também é uma forma de aprender a socializar de cara limpa, observa o psiquiatra Flávio Pechansky, professor de Psiquiatria na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e do Serviço de Psiquiatria de Adições e Forense do Hospital de Clínicas da Capital.

– Esse movimento pode ter um efeito interessante de incentivar as pessoas a fazerem coisas sem a necessidade de beber álcool, como ir a um encontro e ter uma conversa bebendo água. Como será essa conversa? Nesse aspecto, é um movimento que incentiva a sair da zona de conforto, principalmente os jovens, que têm mais dificuldade social. E um janeiro seco com redução

No Brasil, 80% dos adultos têm o costume de beber

no consumo de álcool sem dúvida afetaria positivamente os índices de ocorrências no trânsito – acrescenta Pechansky, que também é presidente do Conselho Internacional de Álcool, Drogas e Segurança no Trânsito.

Como aderir

Se a proposta é ficar um mês inteiro sem beber, é importante garantir mudanças na rotina para que o desafio seja atingido com sucesso. A principal é investir em exercícios físicos e alimentação saudável, diz Mendes Filho.

– O ideal é que a pessoa adquira hábitos saudáveis e aproveite o momento para engajar em uma atividade física, manter uma alimentação saudável, fazer alongamentos, meditação. E, quando falamos em atividade física, pode ser algo simples, mesmo, como uma caminhada, que é gratuita e tem benefício importante.

Segundo o psiquiatra, quem não tem problemas de dependência não deve sentir efeitos físicos de abstinência, como tremores nas mãos. No máximo, sofrerá alguma pressão de amigos e familiares para beber, a qual terá que resistir.

– Como o álcool é uma substância muito aceita na sociedade, talvez essa pessoa sofra alguma pressão para ingerir algo, algum constrangimento por não estar bebendo. Isso acontece em nossa sociedade: as pessoas constrangem umas às outras para beberem – alerta.

Para quem tem o hábito de tomar uma taça de vinho ou uma cervejinha enquanto realiza alguma atividade dentro de casa, como cozinhar, vale investir em substitutos que agradem o paladar, como um suco de frutas ou uma água com gás.

É importante frisar que nenhuma quantidade de álcool é segura para a saúde. E o Janeiro Seco não é recomendado a alcoolistas. Sem tratamento e acompanhamento adequados, essas pessoas costumam retornar de períodos de abstinência com uma dependência mais acentuada.

– Para o restante, essa abstinência de 30 dias sem beber pode ser interessante. Agora, para quem tem dependência, é possível que a pessoa volte a beber com mais intensidade depois. Lembrando que o índice mundial de pessoas com dependência varia entre 12% a 15%. No Brasil, 80% dos adultos bebem – informa Pechansky.

Os não alcoolistas que sofrerem demais no jejum alcoólico podem ter cruzado uma fronteira na relação com a bebida que precisa ser melhor analisada.

– Se a pessoa está com muita dificuldade de ficar muito tempo sem álcool, recomendo que ela avalie se não há um problema na sua relação com o álcool. Porque esse período de abstinência não é para ser muito sofrido – pontua Mendes Filho.

HOSPITAL MOINHOS DE VENTO, DIVULGAÇÃO



Procedimento realizado no Hospital Moinhos de Vento melhora os três principais sintomas da doença: tremor, rigidez e lentidão

Uma nova arma contra o Parkinson

Inédito na América Latina, sistema robótico de imagem que aprimora cirurgia para tratar a doença é usado na Capital

Jhully Costa
jhully.costa@zerohora.com.br

Há mais de duas décadas, a cirurgia moderna da doença de Parkinson vem transformando o prognóstico dos pacientes que convivem com a condição. Aliado aos avanços tecnológicos, o procedimento ajuda a melhorar os três principais sintomas da condição neurodegenerativa, que não tem cura: tremor, rigidez e lentidão.

Para aprimorar ainda mais os resultados e a recuperação dos pacientes, o Hospital Moinhos de Vento, em Porto Alegre, passou a realizar essa operação utilizando um sistema robótico de imagem transoperatório, o chamado Loop-X Brainlab. A cirurgia, inédita na América Latina, ocorreu em novembro.

Alexandre Reis, especialista em Distúrbios do Movimento e neurocirurgião funcional do Moinhos, explica que a cirurgia moderna do Parkinson foi instituída a partir de 2002 e é chamada de implante de eletrodo cerebral profundo – nome oriundo da sigla DBS (*deep brain stimulation*).

Melhoras muito expressivas

Conforme o médico, o procedimento foi um marco revolucionário no tratamento da doença porque consegue melhorar de forma muito expressiva os sintomas em pacientes em fases moderadas e avançadas, para os quais se tem poucos recursos medicamentosos.

– Antes dos anos 2000, tínhamos um prognóstico sombrio para os pacientes. Depois de 10 anos de doença, não tínhamos muitos recursos para utilizar e, hoje, temos o advento da cirurgia, que melhora os três sintomas principais – reforça Reis.

De acordo com o neurocirurgião, uma das peculiaridades dessa cirurgia é o fato de sempre ter sido aliada à tecnologia, já que se trata de um procedimento de alta precisão. A operação tem como instrumento principal um aparelho chamado de estereotaxia, que vai se modernizando com o passar das décadas para que fique mais preciso e mais fácil de usar, melhorando o resultado.

Paciente fica acordado

Outra característica do procedimento, segundo Reis, é a necessidade de, na maioria das vezes, ser realizado com o paciente acordado. Isso ocorre porque é preciso ter a colaboração da pessoa operada, seja para conversar ou para "testar" movimentos. Por isso, é importante que a cirurgia seja cada vez mais aprimorada e agilizada, ressalta o médico:

– Se a cirurgia demora 10 horas com um paciente anestesiado, ele não percebe, não faz diferença para ele. Mas, se demora 10 horas com um paciente acordado, é muito cansativo e desgastante. Existe um desgaste físico muito grande para um paciente que já é debilitado.

O especialista destaca que o recente investimento do hospital no aparelho Loop-X tem justamente esse objetivo, já que se trata de uma tomografia portátil transoperatória, que oferece uma imagem "extremamente detalhista", é muito pequena e se move de forma bastante ágil. Além disso, não sai da sala cirúrgica.

– Para fazer essa cirurgia, precisávamos colocar um aparelho de estereotaxia, que é como se fosse uma coroa, na cabeça do paciente e fazer uma tomografia. Isso, na imensa maioria dos serviços do mundo inteiro, é feito fora do bloco cirúrgico. E aí tem que levar o paciente para a tomografia, botar o aparelho, fazer a tomografia e encaminhá-lo para o bloco. Às vezes, nessa logística, perdemos uma hora ou, se há atraso, duas horas. Quando temos o aparelho dentro do bloco, fazemos tudo em um momento só – esclarece Reis.

Além de reduzir o tempo de cirurgia, o aparelho traz benefícios em termos de conforto e resultado, conforme o neurocirurgião. Isso porque diminui o desgaste do paciente e colabora para um passo que não é feito rotineiramente: uma segunda tomografia durante a operação para conferir se o eletrodo ficou no lugar certo.



No QR code, saiba mais sobre o Parkinson e seus tratamentos



Pré-requisitos para a cirurgia

De acordo com o especialista, existem protocolos de indicações – que são flexíveis e envolvem uma série de pré-requisitos – para a cirurgia de Parkinson. Entre esses critérios, estão: ter uma evolução de, no mínimo, cinco anos de doença, perda do efeito dos medicamentos ou surgimento de complicações motoras, menos de 75 anos e boas condições de saúde.

O resultado da cirurgia, afirma Reis, varia de acordo com cada paciente. Aqueles que tiverem sintomas mais avançados terão benefícios diferentes daqueles que buscaram o procedimento depois de cinco anos, por exemplo.

– Nesses casos, o benefício é muito melhor. E boa parte deles fica até sem sintomas. Não percebemos os sintomas quando se opera no momento certo. Mas a estatística é em torno de 70% ou 80% da melhora do tremor, 60% ou 70% de melhora da rigidez e da lentidão – comenta o especialista.

donna

ZERO HORA, CADERNO DONNA,
SÁBADO E DOMINGO,
11 E 12 DE JANEIRO DE 2025

DANILO BORGES/DIVULGAÇÃO



ELIANA SEM DISFARCE

E DE VOLTA AOS DOMINGOS

CARTA DA EDITORA

renata.maynart@zerohora.com.br

Saber mudar

Não era exatamente o que eu gostaria de ouvir naquela sessão de terapia, mas lembro como se fosse hoje a voz da psicóloga dizendo "A gente tem que assumir a decisão dos nossos B.Os". Quantas vezes a gente não pensou como seria bem melhor levar um fora do que chamar o par para uma conversa definitiva, ser desligada do que ter que bancar um pedido de demissão no trabalho cujo ciclo já se fechou.

Tomar uma decisão é deixar uma série de outras possibilidades para trás – e como dá medo. A apresentadora Eliana passou por umas guinadas e tantos. Na casa dos 30 anos, viu-se adulta com voz para falar com seus pares, após anos de trabalho dedicado ao público infantil. E trocar um conforto por uma aposta, aos poucos, mostrou-se ainda mais recorrente em sua carreira.

No último ano, mudou de emissora e, pela primeira vez, aos 52 anos, experimenta uma posição de âncora de temas ligados ao universo feminino, à frente de um dos programas mais poderosos da televisão brasileira, o *Saia Justa*, do GNT. Pagou o preço. Assumiu o B.O. Está colhendo ao aproximar um novo público, surpreso com suas posições firmes tomadas de gentileza.

Como a ciranda de emoções não pode parar, a loira estreia neste final de semana na TV Globo a nova temporada do *The Masked Singer Brasil*, em um domingo à tarde. Aquele horário dominado pelo panteão de apresentadores homens, mas que ela também já dividiu por 20 anos em outras bandas. Um lugar seguro no meio do novo, para manter o equilíbrio.



Renata Maynart
Editora Donna

Agendonna

renata.maynart@zerohora.com.br

AÇÕES

Gang em Capão da Canoa

• A Gang tem realizado uma série de ações especiais de verão. Neste sábado, em Capão da Canoa, a atração fica por conta da flash tattoo, com o tatuador João Henrique. As ações seguem ainda nos dias 18 e 25 de janeiro, com distribuição de energéticos e um provador interativo para a galera que quiser aproveitar o ambiente instagramável.

• Na Av. Paraguassu, 1.945, de segunda a sábado, das 9h às 21h, e aos domingos, das 10h às 18h30min.



RODRIGO MELO SILVA, DIVULGAÇÃO

Versão litorânea da loja fica na Av. Paraguassu, 5.051

MODA 1

St. Trois Plage praiana

• No fim da tarde deste sábado, Gabriela Trois recebe convidadas e imprensa no espaço St. Trois Plage, na Avenida Paraguassu, 5.041, das 17h às 21h30min. Um evento para brindar a nova temporada da loja com bate-papo, moda, diversão e peças bacanas da coleção atual, a Origines.

INSPIRAÇÃO FRANCESA

L'arrivée em Atlântida

• A L'arrivée, conhecida por seu espaço em Porto Alegre que combina moda, cultura e decoração, inaugurou uma unidade no litoral gaúcho: a L'arrivée Plage. Localizada no complexo Ramblas (Av. Central, 2.100), em Atlântida, a nova casa de praia da marca, também inspirada na Riviera Francesa, vai reunir moda, decoração e uma movimentada agenda de eventos no verão gaúcho. O projeto, assinado pela LCA Arquitetura, de São Paulo, apresenta um ambiente minimalista e acolhedor, com 150 metros quadrados dedicados à curadoria especial de produtos dentro do conceito Resort. Aberta todos os dias, das 15h às 22h.

L'ARRIVÉE, DIVULGAÇÃO



Endereço de moda e décor no Complexo Ramblas

MODA 2

Primeira franquia da Splash Boutique

• O Moinhos Shopping acaba de receber uma loja da Splash Boutique, que conta com linhas de alfaiataria, festa, resort, acessórios, casa e peças sob medida. Essa é a primeira loja da marca no Rio Grande do Sul e a primeira franquia da grife no país.

• Fundada em São Paulo em 2016 pelo diretor criativo Rafael Carneiro e o CEO Thiago Faria, a Splash Boutique tem seus produtos vendidos em 800 pontos de venda em 22 países e fabrica 50 mil peças de roupa por mês e cerca de 10 coleções ao ano. A Splash também é conhecida por já ter vestido artistas como Anitta, Gisele Bündchen, Xuxa, Giovanna Antonelli, Eliana, Angélica e Ludmilla.



RENAN COSTANTIN, DIVULGAÇÃO

Estreia da marca no RS fica no Moinhos Shopping

Donna Beauty Pompéia

Look para o verão

O calor do verão pede looks leves e descontraídos. E claro que a Alice e a Kelly já escolheram os seus modelos na Pompéia para enfrentar os dias de temperaturas altas, seja na cidade ou na praia.

Entre as opções, as peças feitas em tecido laise se destacam pela leveza. Com detalhes vazados, o tecido traz frescor à peça, além de dar um ar delicado ao visual. Quer um incremento especial à produção? Invista em uma terceira peça, como as camisas, que podem ser utilizadas de diversas formas e permitem brincar com diferentes amarrações.

Ficou querendo também? Garanta os seus looks nas lojas, no site *lojaspompeia.com* e no app. Visite o Donna Beauty Pompéia, no Pontal Shopping (Av. Padre Cacique, 2.893, de segunda a sábado, das 10h às 22h, e aos domingos, das 12h às 21h) e solicite o serviço de consultoria de moda gratuito, disponível em todas as lojas.



Os vestidos são peças curingas para a temporada de calor e sol

FOTOS REPRODUÇÃO



Quem quer mais leveza, pode investir em peças nos tecidos laise



SARA BODOWSKY

sarabodowsky@gruporbs.com.br
@SaraBodowsky

O conteúdo desta coluna reflete a opinião da autora

Tá prometido

De volta depois de duas semanas deliciosas de descanso – e parte delas passadas nas margens da Lagoa dos Patos, no distrito de Bojuru, em São José do Norte. Sou cada vez mais apaixonada pela nossa Costa Doce. E este tema vai voltar aqui na nossa coluna, porque, como prometido, esse ano será de muitas dicas locais, mas também de muitos passeios por RS, Brasil e até pelo mundo. E vocês estão convidados a virem comigo. Sempre!



FOTOS SARA BODOWSKY, ARQUIVO PESSOAL



Duas versões de harmonizações que conheci...



... na vinícola Campos de Cima

Um tesouro na fronteira

Começo o ano com um roteiro pela fronteira gaúcha, argentina e uruguaia. Neste findi e nas próximas semanas vamos de Itaqui até Santana do Livramento, passando por Uruguaiana, Paso de Los Libres, Quaraí e seu Cerro do Jarau, além de Artigas.

Começo te levando até Itaqui. Distante 671 quilômetros de Porto Alegre, é um destino que queria conhecer há tempos – justamente por conta de ser a cidade da vinícola Campos de Cima.

Já era fã desses vinhos, que são de altíssima qualidade. Ao conhecer a vinícola, fiquei ainda mais encantada. E você pode se hospedar lá.

Uma casa pequena, de dois quartos, foi adaptada para receber visitantes. O espaço é pensado nos detalhes para o conforto e, além de acesso a todos os vinhos e também ao suco de uva produzido na vinícola, encontramos uma cesta com produtos locais nos esperando para o nosso café da manhã.

A vinícola tem arquitetura arrojada e oferece dois formatos de degustação dos vinhos: na cave, para grupos maiores, e no balcão do charmoso hall de entrada, para casais ou grupos menores. Além da ótima seleção de rótulos, a família proprietária faz questão de harmonizar os vinhos com produtos locais: pães, queijos, charcutaria e azeites de oliva.

Foi lá na Campos de Cima que ficamos sabendo de uma visita imperdível no centro de Itaqui: o Teatro Prezewodowski (foto da fachada acima). Apesar da expectativa ainda de uma derradeira recuperação, o lugar é impressionante. Entramos na prefeitura, ao lado, e perguntamos se era possível visitar o teatro. Naquele mesmo momento fomos acompanhados por funcionários em uma visita cheia de orgulho pelo lugar.

O Prezewodowski foi dos primeiros teatros construídos na América Latina – a pedra fundamental foi lançada em 1886. Recebeu artistas como Tônia Carrero, Nicette Bruno, Procópio Ferreira e Grande Otelo. E, embaixo do palco, guarda outra surpresa: uma fonte natural, de água cristalina. A construção ocorreu ali de forma intencional, para aproveitar o efeito acústico da vertente.

Aproveite ainda para caminhar um pouco pelas margens do Rio Uruguai, logo ali, do outro lado, fica a cidade argentina de Alvear.

Bateu a fome? Curtimos bastante os assados do Brasero Bar y Parrilla, na Rua Vinte de Setembro, 1.414, telefone (55) 3433-7160.

Anote os contatos das dicas! Vinícola Campos de Cima: @camposdecima ou WhatsApp (55) 99708-7500.

Teatro Prezewodowski: Rua Bento Gonçalves, 2.313-2.463. Contato por meio do telefone da prefeitura de Itaqui (55) 3432-1100.

Quer conferir o vídeo que fiz sobre Itaqui e esses lugares? Acessa meu Instagram no *@SaraBodowsky*.

My French Film Festival

Do outro lado do oceano

Da fronteira gaúcha vamos até a França, que é tempo de um dos meus festivais preferidos de cinema: o My French Film Festival.

A 15ª edição desse festival 100% online estará disponível de forma gratuita de 17 de janeiro a 17 de fevereiro. São 10 longas, nove em competição e um clássico, além de 10 curtas (todos anunciados no dia da estreia). São produções em língua francesa de várias regiões: Europa, América e África, entre outras.

Os filmes têm legendas em várias línguas, entre elas português. Para assistir, acesse o site *myfrenchfilmfestival.com/*.



MY FRENCH FILM FESTIVAL, DIVULGAÇÃO

"As We Are", um dos títulos disponíveis no site

Metamorfo



Depois de mais uma transição bem-sucedida da carreira, Eliana estreia neste final de semana a nova temporada do "The Masked Singer Brasil" – e fala como é movida por transformações

Letícia Paludo
leticia.paludo@zerohora.com.br

Dar uma virada de chave na vida aos 50 anos é um comportamento conhecido, há exemplos para todo lado. Mas na metade de 2024, uma destas mudanças foi emblemática, já que se deu diante dos olhos dos espectadores da TV aberta e foi protagonizada por uma figura amada por várias gerações.

Aos 52 anos, Eliana respirou fundo, pegou impulso e se lançou "em mais uma transição de carreira de sucesso", como ela mesma define, encerrando o capítulo de 15 anos à frente do *Programa Eliana*, no SBT.

Ela partiu para a TV Globo e aterrissou no sofá do *Saia Justa*, programa do GNT. A atração, que divide com Rita Batista, Bela Gil e Tati Machado, já tem nova temporada confirmada para abril. O espaço é um dos mais reconhecidos na televisão brasileira para se discutir temas do universo feminino, e, lá, Eliana já puxou uma discussão que é comum a muitas mulheres: ter sido uma jovem adulta insegura com o corpo, que buscou alento em procedimentos estéticos.

– A autoestima é um processo tortuoso, nem sempre é fácil. Hoje me sinto em dia com meu corpo e autoimagem, principalmente porque a maturidade me trouxe essa sabedoria e leveza. A relação com meu corpo era bem mais difícil na adolescência e juventude, por isso acabei me rendendo a alguns procedimentos estéticos bem novinha. Fiz rinoplastia e coloquei silicone... pra quê, né? Olho para trás e me lembro de uma menina linda, mas muito insegura com seu corpo – lembra a apresentadora, que afirma que não se arrepende, mas não faria cirurgias estéticas invasivas novamente.

A autoestima é um processo tortuoso e nem sempre fácil, segundo a artista

A paulistana começa 2025 ocupando novamente os domingos à tarde da TV aberta, lugar que era seu no SBT e que também lhe pertenceu durante a passagem pela Record – de 2005 a 2009, apresentou o programa *Tudo é Possível*. Agora na Globo, ela estreia no comando da quinta temporada do reality musical *The Masked Singer Brasil* neste domingo, a partir das 15h45min.

– Em 2025 completarei 20 anos aos domingos, um hall que sempre foi dominado por grandes apresentadores homens, mas que ocupo desde 2005 com muito orgulho. Essa temporada do *Masked* está um arraso, é entretenimento familiar da melhor qualidade, com musicais incríveis, muitas surpresas e emoção no palco – destaca.

E como ela não chegou para brincadeira, também já gravou um programa descontraído de entrevistas que vai ao ar no dia 22, no GNT: *Casa de Verão da Eliana*. Serão seis episódios gravados em Angra dos Reis, lançados semanalmente sempre às 21h e com convidados famosos como Xuxa, Fátima Bernardes e Michel Teló, entre outros. A atração promete ser uma oportunidade para conhecer um lado mais espontâneo da apresentadora, que é conhecida por ser uma mulher discreta.

A postura discreta nas redes sociais também é vista como compromisso com o púbico

– Por ser uma figura pública, sou muito cuidadosa com a forma com que me comunico. Nas redes sociais, compartilho o que acho que pode ser inspirador e edificante. Sou seguida por muitas mulheres, então estou sempre refletindo formas de levar mensagens de empoderamento ou autoestima para elas, uma coisa que parece pequena, mas que pode plantar uma sementinha do bem na mente de quem lê. E, dessa forma, mostro muito de quem eu sou, porque eu vivo isso que falo – ressalta a apresentadora.

WHAGNER DUARTE, DIVULGAÇÃO

Eufrázio

se pública

"Meu público descobriu novas facetas minhas durante esse período e ainda tenho mais para compartilhar"

Eliana
Apresentadora

LÉO LEMOS, DIVULGAÇÃO



"Casa de Verão" estreia no dia 22 deste mês, no canal GNT

BOB PAULINO, DIVULGAÇÃO



Em sua chegada à TV Globo, em 2024: trajetória em movimento

Sua vida mudou muito de um ano para cá. Como você está se sentindo? O emocional dá conta desse novo momento?

Sim, vivi muitas mudanças nos últimos seis meses, foi um semestre desafiador no melhor sentido possível. Meu público descobriu novas facetas minhas durante esse período e ainda tenho muito mais para compartilhar. O legal é que fui abraçada pelo telespectador em cada um dos novos desafios que assumi com a Globo.

Então fechei 2024 respirando, feliz, sabendo que pude fazer mais uma transição de sucesso na minha carreira. Mas é claro que ainda há muito trabalho a ser feito, 2025 promete. Estou pronta e animada para seguir trabalhando, dando o meu melhor e surpreendendo o público, como sempre adorei fazer.

Você foi um símbolo na infância de muitas crianças que, além de a terem visto na TV, tinham a boneca, a sandália e os baldinhos de praia da Eliana. Como foi ocupar esse lugar?

Trabalhei com as crianças durante os primeiros 14 anos da minha carreira de apresentadora e, durante esse período, levei a missão com muita seriedade. Fazia questão de que meus programas e produtos licenciados tivessem um carinho com a educação e o desenvolvimento dos pequenos.

Falávamos sobre reciclagem, cuidados com os animais e o meio ambiente, culturas diferentes, artes. Quando fiz minha transição para o público familiar, reverti esse cuidado para a produção de conteúdos que fossem divertidos, informativos e relevantes para a família brasileira. A qualidade sempre foi o meu mote.

Hoje em dia os seus dois filhos têm algum ídolo que se assemelhe ao que você foi para toda uma geração? Será que a TV ainda consegue emplacar tais figuras ou isso migrou para YouTube e redes sociais?

Acredito muito na convergência dos meios de comunicação. Televisão, streaming, redes sociais e outros meios vêm para somar à experiência do espectador, uma plataforma complementando a outra. Incluiria nessa roda também o cinema e a música, que fazem parte da vida dos meus filhos e do imaginário cultural deles.

Mais um ano de "Sofá Rita Lee" está garantido na agenda da paulistana

Sempre fiz questão de que a Manu e o Arthur, além dos estudos, tivessem esse contato com a cultura, independentemente do meio usado para isso. Eles têm os canais preferidos deles no YouTube ou TikTok, tudo com supervisão minha e do pai deles, é claro, e com tempo de tela controlado. Mas também amamos nos sentar para ver televisão juntos no sofá, um filme em família. Atualmente, o poder está nas mãos de quem consegue se adaptar às diversas possibilidades de comunicação.

Em algum momento apresentar programas focados no público infantil parou de fazer sentido?

Esse foi mais um movimento de mercado que acontecia na época. Me liguei nisso, me antecipei e comecei a planejar minha transição de carreira. Além disso, já estava nos meus 30 e poucos anos, então me sentia apta a oferecer algo de novo ao meu público. O *Tudo é Possível*, meu primeiro programa para a família, estreou na Record em 2005 e foi um grande sucesso.

Sua presença no *Saia Justa* é uma chance de conhecermos mais facetas e características da Eliana?

Costumo dizer que o *Saia Justa* é a oportunidade perfeita para o público conhecer a Eliana que só minhas amigas conhecem. Digo isso porque os temas que o programa abraça sempre fizeram parte do meu dia a dia, das minhas conversas, só faltava um formato televisivo que permitisse o desenvolvimento desses assuntos.

O *Saia* proporciona exatamente isso. Falamos sobre amor, família, vida, morte, feminismo, machismo, preconceito, saúde, sempre de forma leve e sincera. E tem dado certo, viu? Essa nova formação do programa, que já foi ancorado por grandes jornalistas e que agora tem a mim, uma apresentadora do entretenimento, como âncora, tem dado bons resultados de audiência. Fico feliz pelo sucesso e animada por mais um ano no Sofá Rita Lee.

É um lugar de bastante exposição, de trazer experiências pessoais. Você mesma já se colocou numa saia justa por conta disso?

Essa possibilidade que o *Saia* oferece, da gente se abrir e trocar experiências, é na verdade o que mais amo nesse formato. Imagina, somos quatro mulheres diferentes, trocando experiências e confidências, evoluindo e crescendo uma com a outra... Isso é lindo! O *Saia Justa* é um formato revolucionário para a TV e segue sendo extremamente relevante em seus debates e no protagonismo feminino.

Você vai apresentar o *The Masked Singer* no ano em que a TV Globo completa 60 anos. De que forma isso vai estar representado no programa?

Nesta quinta temporada, alguns dos 19 personagens mascarados vão homenagear figuras icônicas da teledramaturgia da Globo. Tem Carminha, Nazaré, Bruno Mezenga, um barato. Além disso, a temporada terá várias surpresas emocionantes em homenagem à emissora.

Qual a sua resolução para o ano de 2025?

Na virada de ano só pedi por saúde, para mim e minha família. ▬

CONEXÃO DIGITAL
Relembre a entrevista com Rita Batista, do "Saia Justa"



Letícia Paludo
leticia.paludo@zerohora.com.br

Para o dia nascer feliz

O orgasmo matinal é muito mais do que um momento isolado: ele pode transformar a forma como encaramos a rotina



OATAWA, STOCK.ADOBE.COM

Estimular o prazer após o despertar também ajuda a pessoa a ter mais foco nas atividades devido às substâncias liberadas pelo organismo

Há uma estratégia bem caseira para começar o dia com o pé direito: o orgasmo matinal. Isso porque o prazer logo cedo, explica a psicóloga e sexóloga Lucia Pesca, estimula a liberação de endorfina e serotonina ao longo do período, neurotransmissores responsáveis pela sensação de bem-estar, que contribuem para a redução do estresse e da ansiedade dos afazeres.

O sexo matinal também ajuda a elevar os níveis de ocitocina, substância conhecida como "hormônio do amor", pois promove mais conexão entre os parceiros. Além disso, há um aumento nos níveis de IgA – anticorpo que fortalece o sistema imunológico e protege contra infecções.

– Amanhecer fazendo sexo faz com que hormônios sejam liberados durante o ato, os quais ajudam a fazer o nosso dia render mais. A pessoa vai estar munida de dopamina, ocitocina, bom humor, então encara de forma mais leve e focada as coisas que tem que fazer. Ela já sai de casa mais leve – salienta Lucia.

O orgasmo matinal é um aliado para quem tem dificuldades de concentração e de foco nas atividades essenciais da sua rotina. As substâncias liberadas no organismo no ápice do prazer ajudam o indivíduo a sentir que sua cabeça não está tão cheia e focalizar o que precisa resolver e o que é prioridade.

– O sexo de manhã serve muito para quem quer não só passar bem o dia, mas também ter um dia mais focado, direcionado em solucionar coisas importantes. Uma das coisas que costumo dizer é: "Você tem uma reunião importante ou algo para solucionar naquele dia? Transe de manhã" – ressalta Lucia.

Vale destacar que não é apenas o orgasmo que traz benefícios. O simples ato de se engajar numa atividade de prazer já contribui para diminuição do estresse e aumento do bom humor. Mas é claro que, se houver orgasmo, melhor.

– O prazer gera autoconfiança. O orgasmo é bom, mas os meios são mais importantes do que o fim – completa a psicóloga.

Voando solo

Para quem curte um autoerotismo ao despertar, uma boa notícia: masturbar-se também traz benefícios que acompanham a felizarda ao longo do dia. Segundo a sexóloga, há um reforço de amor-próprio e autoestima:

– A pessoa se sente mais poderosa. Tanto é que a indicação da atividade sexual de manhã serve também para ter mais iniciativa para resolver suas atividades profissionais.

> A relação sexual pela manhã ajuda a elevar os níveis de ocitocina

Como chegar lá

Quando os horários do casal não facilitam a transa pela manhã – um dorme tarde, o outro acorda cedo – é preciso fazer acordos e ter empatia. Uma sugestão da sexóloga é negociar o sexo matutino já na noite anterior, inclusive com um início de estimulação na hora de dormir:

– Dormir de conchinha também facilita para o casal se envolver mais de manhã. Também ajuda quando um aborda o outro direto no sexo oral. Outra ideia é irem para o banho juntos e transarem lá, sempre com muito uso de lubrificante.

Outro ponto destacado pela especialista é a importância da iniciativa, mas fazer isso de forma delicada, aos poucos, sem expectativas mirabolantes ao raiar do dia.

– Comece a fazer carícias despretensiosas, até porque um jogo do tipo "Ah, não quero nada, quero só dar uma brincadinha" já vai predispondo a pessoa ao orgasmo. Mas não fique esperando que vá terminar em orgasmo. Se terminar, é melhor, mas não fique focado nisso. Só tocando e brincando um com o outro, num jogo amoroso, já ajuda bastante – conclui Lucia.

SEBRA, STOCK.ADOBE.COM



Alimentos ricos em açúcar, sódio e gordura ajudam a reter mais líquido

Projeto 2025

Passadas as festas e a esticadinha de início de ano, nutricionista dá dicas para voltar ao foco pensando a longo prazo

Letícia Paludo
leticia.paludo@zerohora.com.br

Os banquetes de Natal e Ano-Novo são feitos para se divertir socializando com a família e os amigos em torno da mesa e, eventualmente, se esbaldar também. Depois das festas – e da esticada dos primeiros dias do ano –, porém, a tendência é de que muitas pessoas sintam vontade de fazer uma "redução de danos".

De acordo com a nutricionista Ana Paula Weber, o primeiro passo para lidar com os excessos é entender que aproveitar a vida social é algo que faz parte tanto de um processo de emagrecimento quanto de uma alimentação saudável e que isso não precisa ser motivo de angústia ou culpa:

– Não comer nada e viver só de dieta não é o ideal. É importante ter isso em mente, porque, senão, a alimentação saudável acaba se tornando algo pesado, quando na verdade tem que ser sustentável ao longo do tempo.

O segundo passo é voltar o mais breve possível para a sua rotina alimentar e de exercícios físicos. Um dos comportamentos que mais prejudica a dieta, segundo Ana, são os pensamentos do tipo "já que eu furei no Natal, vou continuar furando", "já que eu não comi de forma adequada no almoço, vou fazer isso na janta também".

– O ideal é voltar logo para a rotina de alimentação e tentar se manter fazendo atividade física. Se não for possível fazer o exercício que a pessoa está habituada, vale adaptar, dar uma caminhada ou fazer algo semelhante – afirma Ana.

Ao lado, ela responde as dúvidas mais frequentes.

É preciso aumentar a ingestão de água?

Sim, é uma boa ideia aumentar a ingestão de água porque ajuda na liberação de líquidos retidos, estimula o metabolismo e contribui para a hidratação – o que é mais importante no verão, pois o calor faz o organismo perder muito mais líquidos.

Há algum cuidado especial com o intestino nesse período?

Sim, é importante cuidar bem do intestino, investindo principalmente em fibras prebióticas presentes em frutas, verduras, legumes e alguns cereais e oleaginosas. Essas fibras servem de alimento para as chamadas "bactérias boas":

– No intestino, há milhões de bactérias, tanto boas quanto ruins, e é necessário que as boas estejam sempre em maior quantidade para ter boa digestão, boa imunidade e para não inflamar e irritar a mucosa do intestino. Os alimentos que comemos nas festas são ricos em açúcar, glúten e lactose, o que acaba aumentando a inflamação da mucosa do intestino, já que alimentam mais as bactérias ruins e desequilibram a microbiota intestinal.

Adianta tomar chás?

Não espere milagres, mas alguns chás podem dar uma ajudinha para a liberação de líquidos e toxinas que ficaram retidos. Os mais indicados pela nutricionista são chá verde, chá de hibisco e chá de cavalinha. Alimentos ricos em açúcar, sódio e gordura fazem com que a pessoa tenha uma maior retenção de líquido. E boa parte das toxinas que os indivíduos consomem vêm através de alimentos industrializados, principalmente os que são ricos em aditivos químicos, corante espessante, flavorizante. Em excesso, essas toxinas acabam inflamando o organismo, podendo ocasionar doenças inflamatórias e doenças neurodegenerativas.

Adianta preparar o famoso suco detox?

Não faz mal, mas o suco detox por si só não vai fazer milagre.

– Isso é papel do fígado, a gente já veio de fábrica com esse poder de desintoxicação. O suco dá apenas um empurrão, então, se a pessoa tiver oportunidade, não tem problema tomar – detalha a nutricionista.

É preciso cortar carboidratos?

Não é indicado cortar radicalmente os carboidratos. No entanto, se a pessoa avalia que o excesso foi muito grande durante as festas, pode reduzir um pouco seu consumo, desde que tome cuidado com sensações de compulsão que isso possa ocasionar:

– Tem que cuidar se esse "corte de carboidrato" não vai gerar uma vontade de comer até o imã da geladeira no final do dia. Então, muitas vezes, a solução é só voltar o mais rápido possível para o seu ritmo normal de alimentação e atividade física. Até pode reduzir nas próximas horas ou dias após o consumo exacerbado nas festas de fim de ano, mas nada muito drástico e extremista – recomenda Ana.

Pensando em emagrecimento e definição, a dica é sempre priorizar o consumo de proteínas. E vale lembrar que aquilo que o indivíduo aumenta de um dia para o outro na balança muitas vezes é sinal de retenção de líquido, não necessariamente reflete um aumento de gordura.

– Para aumentar a gordura é preciso o consumo de muitas calorias, então é muito provável que em dois ou três dias o peso volte ao normal, estabilize. O que não pode ocorrer é isso se tornar um hábito, ficar vários dias furando, se alimentando de forma desregrada. Principalmente para esse período de férias, a chave da questão é organização. Organizar lanchinhos saudáveis para levar para a praia, priorizar alimentação saudável, tomar bastante água e fazer exercício.

É preciso fazer mais exercícios cardio nesse retorno das festas de fim de ano?

O indicado é que a pessoa volte rapidamente a fazer o exercício de que gosta e que está acostumada, ou algum equivalente. Mas vale saber que o ideal, segundo Ana, sempre é combinar exercício cardio de intensidade média ou forte e treino de força, o qual ajuda no ganho e na preservação de massa muscular e contribui para a queima de gordura.

MARTHA MEDEIROS



marthamedeiros@terra.com.br
@realmarthamedeiros

O conteúdo desta coluna reflete a opinião da autora



As Fernandas

Não conhecia o Instagram de @marciomachadinho, até que vi uma postagem em que ele reclama de como é injusto haver milhares de vídeos da Fernanda Torres nas redes sociais sem que ela mereça essa viralização, afinal, ela nunca se expôs, nunca ostentou um macarrão nos stories (sim, contém ironia). Ele diz que enquanto os influencers perdem o dia inteiro tentando produzir um conteúdo desnecessário para a existência da humanidade, Fernanda está em todas, apenas por ser uma atriz brilhante e uma mulher legal, sem precisar postar suas aulas de ioga ou a foto dos filhos. Bingo!

Diante da histórica premiação no Globo de Ouro, vale abordar este fenômeno: as Fernandas. Atrizes talentosas não faltam no Brasil, então o que explica o magnetismo incomparável de mãe e filha? Talvez o que distinga Fernanda Montenegro e Fernanda Torres (me atrevo a colocá-las no mesmo patamar, desrespeitando a hierarquia) é elas serem tão fascinantes em cena quanto fora de cena. E pelo mesmo motivo: elas não atuam.

Desde bebês, nós representamos para sobreviver – quem não chora, não mama. Aí crescemos, vamos à praia, ao tribunal, à reunião, e continuamos interpretando a gostosa, o louco, a boazinha, o justiceiro. Mimetizamos uns aos outros, criando paródias e dramalhões. Só não imaginávamos que a tecnologia daria, de fato, palco a todos, e monetizaria desempenhos. O que era um teatro discreto de costumes se transformou

> O que explica o magnetismo incomparável de mãe e filha?

> Mulheres sem aspas, pessoas de verdade. E a verdade acerta sempre.

em uma ópera bufa, cada um atrás de sua estrela na calçada da fama. Resultado: viramos uns canastrões.

Na contramão da canastrice, brilha a naturalidade das Fernandas, que não interpretam nem na vida, nem na arte. Quando assumem um trabalho, elas incorporam o personagem. Elas *são* a Eunice na maturidade e a Eunice na velhice (do filme *Ainda Estou Aqui*). Desatrelam-se do ego e então sofrem, amam, passam fome, piram, vivem no sertão, são Dona Picucha, Dora, Fátima, Vani. E quando o diretor grita "corta!", elas voltam a ser Fernandas com a mesma dedicação em não atuar, interessadas apenas na alma das coisas.

Antes de o mundo virar este showbiz coletivo, já sucumbíamos a alguns gestos afetados, mas agora somos todos atores de quinta fingindo naturalidade. As Fernandas não fingem, não fazem de conta. Em cena, vivem seus personagens em sua integralidade, e fora de cena, são não-atrizes tão íntegras quanto. Mulheres sem aspas. Pessoas de verdade. E a verdade acerta sempre. É uma autenticidade que destoa do pastiche com o qual nos acostumamos.

Uma sorte termos duas Fernandonas nascidas em solo brasileiro e que contrastam com essa sociedade desavergonhadamente narcísica. Só nos resta aplaudir o efeito avassalador da anti-performance. E que venha o Oscar, tomamos gosto.

CONEXÃO DIGITAL
Falando sobre arte, leia sobre a derrota daqueles que apostam contra os livros

